This is a digital copy of a book that was preserved for generations on library shelves before it was carefully scanned by Google as part of a project to make the world's books discoverable online.

It has survived long enough for the copyright to expire and the book to enter the public domain. A public domain book is one that was never subject to copyright or whose legal copyright term has expired. Whether a book is in the public domain may vary country to country. Public domain books are our gateways to the past, representing a wealth of history, culture and knowledge that's often difficult to discover.

Marks, notations and other marginalia present in the original volume will appear in this file - a reminder of this book's long journey from the publisher to a library and finally to you.

Usage guidelines

Google is proud to partner with libraries to digitize public domain materials and make them widely accessible. Public domain books belong to the public and we are merely their custodians. Nevertheless, this work is expensive, so in order to keep providing this resource, we have taken steps to prevent abuse by commercial parties, including placing technical restrictions on automated querying.

We also ask that you:

+ *Make non-commercial use of the files* We designed Google Book Search for use by individuals, and we request that you use these files for personal, non-commercial purposes.

+ *Refrain from automated querying* Do not send automated queries of any sort to Google's system: If you are conducting research on machine translation, optical character recognition or other areas where access to a large amount of text is helpful, please contact us. We encourage the use of public domain materials for these purposes and may be able to help.

+ *Maintain attribution* The Google "watermark" you see on each file is essential for informing people about this project and helping them find additional materials through Google Book Search. Please do not remove it.

+ *Keep it legal* Whatever your use, remember that you are responsible for ensuring that what you are doing is legal. Do not assume that just because we believe a book is in the public domain for users in the United States, that the work is also in the public domain for users in other countries. Whether a book is still in copyright varies from country to country, and we can't offer guidance on whether any specific use of any specific book is allowed. Please do not assume that a book's appearance in Google Book Search means it can be used in any manner anywhere in the world. Copyright infringement liability can be quite severe.

About Google Book Search

Google's mission is to organize the world's information and to make it universally accessible and useful. Google Book Search helps readers discover the world's books while helping authors and publishers reach new audiences. You can search through the full text of this book on the web at `http://books.google.com/`

LANE MEDICAL LIBRARY STANFORD STOR
L951 .R34 1891
Kalte und Schweisz-Fusze deren Verhutu
24503321688

Kalte und Schweiß-Füße

deren

Verhütung und Heilung.

Von

Dr. med. Eduard Reich.

STUTTGART.

A. Zimmer's Verlag (Mohrmann & Schreiber)

L951
R34
1891

Digitized by Google

LANE

MEDICAL LIBRARY

LEVI COOPER LANE FUND

Kalte und Schweiß-Füße

deren

Verhütung und Heilung.

Digitized by Google

Digitized by Google

Kalte und Schweiß-Füße

deren

Verhütung und Heilung.

Von

Dr. med. Eduard Reich,

Director und Vicepräsidenten der L.-C. Akademie,
Mitglied der Französischen Gesellschaft der Hygieine und
der Gesellschaft für öffentliche Medicin zu Paris
u. s. w. u. s. w.

Stuttgart.
A. Zimmer's Verlag (Mohrmann & Schreiber)
1891.

45

Digitized by Google

Druck von Beisbarth & Woelffel (W. Fortague) in Stuttgart.

Digitized by Google

951
R34
1891

Vorwort.

Es galt bis in die neueste Zeit als unerschütterlich feststehender Lehrsatz, daß der Schweiß der Füße nicht geheilt werden dürfe; man zählte der Nachtheile und Gefahren, die aus der Heilung entspringen sollten, unzählige auf, und alle Welt glaubte daran wie an ein Evangelium.

Allmählig kam eine bessere Ansicht zum Durchbruch: wird der Fuß-Schweiß in vernünftiger, auf ein gutes gesammt-hygieinisches Verfahren gegründeter Art beseitigt und durch wohlgeleitete Pflege die normale unsichtbare Ausdünstung der Haut der Füße erhalten, so schadet Heilung des Schweißfuß-Uebels nicht nur nicht, sondern es werden dadurch schwere Leiden und Gebrechen entfernt und die Gesundheit begünstigt.

In der That, der Bestand andauernder Fuß-Schweiße, an sich schon in hohem Grade lästig, fördert auch zahlreiche und schwere Krankheits-Zustände, und wird darum zu einem mehr oder minder großen Hemmniß der Gesundheit und Wohlfahrt.

Nun kommen dazu die Schattenseiten der Gesittung der Gegenwart, welche die dem andauernden Fuß-Schweiß zu Grunde liegenden Gebrechen und das Schweiß-Uebel selbst vermehren. Es muß demnach auch mit Hilfe der Fuß-Schweiße die Zahl und Stärke der Leiden erhöht werden und es ist wahrhaftig Zeit, wenigstens einem der Uebel Einhalt zu thun, welche dem Menschen als Individuum und Gesellschaft so bedeutenden Schaden zufügen.

Selbst wenn Fuß-Schweiße andauernder Art gesundheitlich ohne Bedeutung wären, so müßte die Menschheit schon aus rein ästhetischen Gründen ihrer sich zu entledigen suchen; denn der Gerneh,

79607

Digitized by Google

den Schweiß-Füße veranlassen, ist entsetzlich und ebenso ekelhaft wie polizeiwidrig. Dieser Duft ist für nervöse Personen geradezu krankmachend und unter Umständen geeignet, Harmonie in Disharmonie zu verwandeln, Sympathie in Antipathie, und Menschen zur Verzweiflung zu bringen.

Wenn wir erfahren, daß manche körperliche und seelische Leiden verschwinden, wenn das Fuß-Uebel beseitigt, und daß diese Krankheiten bei Fortbestand des Fuß-Schweißes das Glück des ganzen Lebens gefährden, so denken wir sehr stark an die Nothwendigkeit, das Uebel zu heilen, zu verhüten.

Es haben viele Menschen, weil sie wußten, daß der Geruch ihrer Schweiß-Füße von Anderen nicht zu ertragen war, die Gesellschaft geflohen, ja ihr Leben durch Selbstmord beendigt. Weder das eine ist nöthig, noch das andere statthaft, wenn die Vorschriften befolgt werden, die in den nachstehenden Blättern enthalten sind. Es braucht Niemand mehr wegen Fuß-Schweiß zu verzweifeln, Niemand mehr eine geliebte Laufbahn zu verlassen. Das Uebel ist heilbar, es ist verhütbar. Und das möge der Menschheit zum Troste gereichen und zum Anker der Hoffnung!

Dr. Eduard Reich.

Kiel, den 10. December 1890.

Digitized by Google

Einleitung.

In dem Maaße Gebrechlichkeit und Entartung an Ausbreitung gewinnen, treten Zustände bei den Individuen und Familien auf, welche der Hygieine und Aesthetik Hohn sprechen und auf die kommenden Geschlechter sich vererben. Nicht genug, daß der Mensch da krank und siech wird, er nimmt auch die Besonderheiten des Abstoßenden und Widerlichen an.

Und woher Gebrechlichkeit, Entartung; woher das Unschöne, Abstoßende, Ekelhafte? Von einer Führung des Lebens, welche keineswegs den Normen der Natur entspricht, sondern dieselben mehr oder minder gröblich verletzt. Von Ueppigkeit und Elend, Ausschweifung, ansteckenden Krankheiten, heroischen Arzneien, Alkohol und Tabak, schlechter Wohnung, dem Schatten nachtheiliger Beschäftigung, unpassender Nahrungspflege, Abweichungen der Seele von den Bahnen des Wohlseins durch die Folgen der Habgier und Genußsucht, von dem falschen System der Gesellschaft und nationalen Wirthschaft, welches alle diese Uebel und beklagenswerthen Mißverhältnisse bedingt. Aus solchen Quellen fließt Unnatur, Verzerrung, Ungesundheit, Gebrechlichkeit, Vernichtung der Aesthetik, weil Schwächung der Seelen-Kraft daraus fließt, Störung der Harmonie im Haushalt der Seele und des Leibes.

Jede gebrechliche, kranke, fehlerhafte Mehrheit von Geschöpfen schließt eine größere Zahl von Individuen ein, welche durch ungesunde, ekelhafte, also unästhetische Düfte und Aushauchungen sich bemerklich machen und denen, welche mit ihnen in Berührung kommen, die gute Laune verderben, ja häufig genug ernsten Schaden an der Gesundheit zufügen.

Digitized by Google

„Alle Kranken," sagt Gustav Jäger [1]), „haben eine übelriechende bis ekelhafte Ausdünstung, die besonders deutlich in der Lungen-Ausdünstung, aber auch in jener der Haut und im Harn auftritt, während die Ausdünstung Gesunder, unter übrigens gleichen Umständen, wenn nicht geradezu wohlriechend ist, so doch nichts Beleidigendes enthält. . . . Unsympathische Personen haben stets eine beleidigende Ausdünstung; allein trotz dessen besteht noch ein gewaltiger Unterschied, je nachdem dieselben gesund oder krank sind: denn im Krankheitsfalle steigert sich der üble Eindruck bei den unsympathischen Personen ganz bedeutend, oft bis zur Unerträglichkeit." Und schließt: „daß Krankheit gleich bedeutend ist mit Auftreten irgend eines Stoffes in zu hoher Concentration", und „daß die Krankheit eine Concentrations-Erscheinung ist, daher rührend, daß entweder alle oder einzelne der die Lebensbewegungen beherrschenden flüchtigen Stoffe durch zu hohe Concentration von ihrer Flüchtigkeit eingebüßt haben und zu einem Lähmungsstoff geworden sind" . . .

Es ist dies alles erwiesene Thatsache, und jeder Mensch mit halbwegs gesundem Geruchsorgan vermag es, das Ausgesprochene zu bestätigen, einerlei, welcher Ansicht er über das Wesen der Krankheit sei.

Halten wir hieran fest, so begreifen wir, daß eine in Gebrechlichkeit versinkende und in Siechthum verkommende Gesellschaft immer größer werdende Mengen von Individuen aufweisen müsse, welche üble Gerüche aus ihrem Haushalte abgeben und damit ihre Mitgeschöpfe belästigen, krank machen. In Gegenden mit elenden gebrechlichen Bevölkerungen kann man schon im Wagen der Eisenbahn und in der Cajüte des Schiffes die stärkeren Pestdüfte aus den Athmungswerkzeugen, vom Kopfe, von der ganzen Haut und den Füßen wahrnehmen; während in Gegenden mit beziehungsweise guter Gesundheit des Volkes der Menschengeruch keineswegs abstoßend ist und Fußgerüche selten vorkommen.

Kraft und Harmonie der Seele wirken auf den organischen

Digitized by Google

Haushalt so, daß schlechte Düfte nicht entbunden werden, oder mit anderen Worten: daß die Verdichtung der Stoffe, welche die materiellen Grundlagen der austretenden Düfte abgeben, eine ganz unbeträchtliche ist. Je mehr nun in Folge naturwidrigen Lebens die Kraft der Seele sinkt und die Harmonie ihrer Vermögen in Disharmonie sich verwandelt, desto mehr Pestgeruch strömt aus den Menschen, desto concentrirter sind die Materien, welche den Düften zu Grunde liegen.

Naturwidrige Gesammt-Lebensweise vermindert die Kraft der Seele und die Harmonie der psychischen Vermögen. Naturwidrige Gesammt-Lebensweise ist das Kennzeichen falscher Civilisation, in welcher obendrein noch, wegen Elends und Habsucht, die Daseinsmittel gefälscht werden und jeder seinen eigenen Leib betrügt. In solchen Zuständen der Gesellschaft wirken alle den Menschen umgebenden Verhältnisse und Mittel darauf hin, Lebenskraft und Gesundheit zu schwächen und verhängnißvolle erbliche Anlagen zu erzeugen. Und was noch dies Alles verschlimmert, ist der Gebrauch von Genußmitteln und die Annahme von Gewohnheiten, welche als Schädlichkeiten ersten Grades, selbst als physische, beziehungsweise moralische Gifte sich verhalten und die Wurzeln des Daseins untergraben, verderben.

In diesem letzteren Punkte hat das lockere sinnliche Leben überhaupt, der Mißbrauch gefälschter, Alkohol enthaltender Getränke, des Tabaks und der heroischen Arzneien insbesondere, geradezu enorme Verwüstungen angerichtet. Die Nachkommen erweisen sich als arme, unglückselige Opfer, deren Gebrechlichkeit fortschreitend zunimmt, deren Haar und Zähne, Haut und Knochen sich unaufhaltsam verschlechtern, deren stetig wachsende nervöse Gereiztheit den Arzt und Menschenfreund mit banger Sorge erfüllt, und deren Füße und Hände immer häufiger kalt und schwitzend angetroffen werden, wobei leider — unausstehliche Düfte vom Fußboden zur Decke empor steigen und die Aesthetik beleidigen.

Daß heut zu Tage so ungemein viele Menschen an kalten

Digitized by Google

und Schweiß-Füßen leiden, kommt nicht etwa blos von zweckwidriger Fuß-Bekleidung und kalten Fußböden, sondern von Zunahme der allgemeinen Gebrechlichkeit und von mehr oder minder ausgesprochenem Verfall der Rasse wegen Abnahme der Lebenskraft. In früheren Jahrhunderten gab es auch unzweckmäßige Fußbekleidung, gab es keine Fußböden aus Brettern, sondern Steinplatten anstatt der letzteren, und bei den Armen gestampften Lehm, und doch waren Gebrechen, wie kalte und Schweiß-Füße, nur etwas Ausnahmsweises. Aber diese Thatsache verwundert uns nicht; trank man doch ehedem gebrannte Wasser nur sehr selten und ganz ohne Fusel, kein bayerisches Bier, keinen künstlichen Wein, betrog den Magen nicht, aß den Tod nicht aus Blechbüchsen, schwärmte nicht die Nächte hindurch, unterließ die Nerven aufregenden nutzlosen Arbeiten, rauchte keine Cigarren, und wohnte nicht in endlosen Mieth-Casernen von acht Stockwerken Höhe, erfüllt von Steinkohlendampf, Petroleumgeruch und sonstigem Gestank.

Auch die Momente des Zusammenlebens hatten nichts künstlich Erregendes; die Moral war solider, die Religion wärmer, des Geschickes Wechsel langsam, und das Gesetz des Eigenthums weniger drakonisch. Darum ehemals weit mehr Gesundheit, trotz der kleinen Zimmer, weniger Gebrechlichkeit, trotz Mangels exacter Forschung auf dem Gebiete der Hygieine, und eine verschwindend kleine Zahl chronisch kalter und Schweiß-Füße, trotz der so vielfach unzweckmäßigen Fuß-Bekleidung und der kalten Fußböden.

Und was in der Gegenwart Leiden und Gebrechen vermehren, die Mischung des Blutes verschlechtern und die Kraft der Nerven, der Seele verkleinern hilft, ist die Hinaustreibung des Menschen aus dem Walde, aus der Natur überhaupt, und die Hineintreibung desselben in das Burgverließ der Stadtmauern, in den wirklichen Schatten; denn Natur, Wald, Sonnenlicht und Meeresstrand werden immer mehr Gegenstände des Luxus für den Reichen und bleiben dem Armen vorenthalten. Der rastlos Arbeitende und Erwerbende, also neunundneunzig Hunderttheile der after-civilisirten

Digitized by Google

Gesellschaft, athmet nicht Waldes-, nicht See-Luft, saugt nicht ein das Licht der Sonne, wohnt in Pesthöhlen, ob dieselben auch glänzen und blinken, und vergiftet sich am Genusse des Fleisches kranker Thiere und an jenen Fuselgemischen, welche man Bier und Wein nennt.

Der Mangel an Sonnenlicht und reiner Luft, sowie andererseits das Fehlen reiner Lebensfreude, naturgemäßer Nahrung und geistiger Thätigkeit, verschlechtert die Chemie des Blutes und setzt den Einfluß der Nerven, der Seele auf den thierischen Haushalt sehr bedeutend herab. Darum arbeiten auch Gefäße und Drüsen nicht, wie sie sollen, der Umlauf des Blutes wird gestört und die Absonderung in den Drüsen so oder so krankhaft. Und hiermit hängen auch die pestenden Düfte zusammen, die dem kranken Organismus entströmen.

Es hat Forbes Winslow [2]) darauf hingewiesen, daß Mangel an Sonnenlicht bedeutende Störungen in der Gesundheit veranlaßt. „Diese Ausschließung von der Sonne," sagt Winslow, „erzeugt kränkliche, schlaffe, blasse, blutleere Beschaffenheit des Gesichts, und man bemerkt so häufig bei denen, welche dem Einfluß von freier Luft und Licht mehr oder weniger entzogen sind, blutlose, geisterhafte Art. Die Abwesenheit dieses obersten und wesentlichen Elements der Gesundheit stört durch materielle Veränderung die physische Beschaffenheit des Blutes, schädigt so ernsthaft die Lebenskraft, setzt die Energie des Nervensystems herab und bedingt zuletzt organische Veränderungen in den Geweben des Herzens, des Gehirns und der Muskeln." —

Und alle diese, wie noch unzählige andere Leiden, welche als Folgen des Mangels an Sonnenlicht sich ausbilden, gehen in mehr oder weniger großem Maaße mit chronisch kalten Füßen einher, ganz einerlei, welcher Klasse der Gesellschaft die Patienten angehören und welcher besondern Art des Thuns oder Nichtthuns sie sich weihen.

Wenn also kalte und Schweiß-Füße Erscheinung tieferen Ge-

Digitized by Google

störtseins des organischen Haushalts sind, so müssen sie um so häufiger angetroffen werden, je häufiger solche Störungen vorkommen. Je größer nun das physische und moralische Elend wird, je höher die Häuser empor wachsen, je mehr Sonne und frische Luft verschlossen, Nahrungs- und Genuß-Mittel gefälscht werden, desto mehr kalte und Schweiß-Füße.

Man denke sich zwei Fälle: in dem ersten ein in Sonnenlicht und frischer Luft sich badendes, von Grün umgebenes Haus mit Garten, nur von einer Familie bewohnt, welche naturgemäß lebt; im zweiten Falle ein vom Licht der Sonne und frischer Luft so zu sagen ausgeschlossenes Steinhaus von sechs Stockwerken Höhe, mit Wohnkellern und hohem Hintergebäude, welches dreißig Familien beherbergt und vom Keller bis zum Boden von lebenden Wesen so überfüllt ist, daß dasselbe weit mehr einer Tonne mit Häringen, als einem Bienenstock gleicht. In der großen Mieth-Caserne nun kann von naturgemäßem Leben nicht gut die Rede sein; denn in einem so übervölkerten Hause wohnen die Söhne und Töchter der Armuth und Erwerbs-Arbeit. Es können also für jene beiden Fälle nicht „übrigens gleiche Umstände" angenommen werden.

In dem kleinen sonne- und lichtumspülten Hause lebt die eine Familie, schon weil Sonnenlicht und frische Luft reichlich gegeben sind, unendlich naturgemäßer, als die Familien in dem großen menschenüberfüllten Hause bestehen, auch wenn sie nicht dem eigentlichen Elend angehören und vom Hause aus ziemlich wohl gearteter Rasse sind. Selbst wenn dort die Fußböden durch weniger gut gearbeitete nnd beschaffene Materialen sich kennzeichnen, als hier, werden doch innerhalb der Mieths-Caserne weit mehr von jenen Gebrechen und Leiden vorkommen, welche mit den Erscheinungen der kalten und Schweiß-Füße einherlaufen.

Es ist demnach augenfällig, daß mit dem Fortschreiten falscher Gesittung, in welcher das Elend und die Naturwidrigkeit zunehmen und der Egoismus große Bruchtheile der Bevölkerung in ungesunde

Digitized by Google

Verhältnisse der Wohnung treibt, das Uebel der kalten und Schweiß-Füße sich vermehren und ausbreiten werde.

Wenn das genannte Uebel Erscheinung vieler Krankheiten ausmacht, welche aus Störungen des organischen Haushalts und des Einflusses der Nervenkraft entspringen oder damit einhergehen, so muß eine Gesammt-Lebensweise, die zu solchen Störungen reichlich Anlaß giebt, auch kalte und Schweiß-Füße reichlich erwirken.

Keine Macht richtet so große Verheerungen unter den Menschen an, wie der Alkohol, einerlei in welcher Gestalt und Concentration derselbe gebraucht oder mißbraucht werde. Säufer und Schlemmer ebenso, wie deren Nachkömmlinge, leiden an zahllosen Krankheiten, welche sämmtlich auf Störungen im Nerveneinfluß und in der Chemie des Haushalts sich zurückleiten, mit Verminderung von Bildung der organischen Wärme und mit Erhöhung der nervösen Erregbarkeit einhergehen. Ein Schlag frostiger, wenig widerstandskräftiger Erdenkinder, deren persönliche Auskrystallisirung auf halbem Wege stehen blieb!

Schon William B. Carpenter [3]) erkannte, daß Mißbrauch geistiger Getränke unermeßlichen Schaden in physischer und moralischer Beziehung verursacht, die schwersten Leiden des Körpers und der Seele bei den Alkoholisten und ihren Nachkommen zur Folge hat, daß aber schon der tägliche gemäßigte Gebrauch nicht ohne bedeutende nachtheilige Wirkung bleibt, und sprach unter anderem aus: „Alkohol . . ist nicht einer von den Bestandtheilen des Blutes und der Gewebe, und seine Anwesenheit in den Bahnen des Blutes ist völlig abnorm.“ Und ferner: „Gesundheitswidrige Nahrungsmittel oder Getränke, oder Ausschreitung im Gebrauch der gesundheitsgemäßen, beständiger Aufenthalt in schlecht gelüfteten Räumen, Ueberanstrengung von Leib oder Geist, ungenügender oder allzu sehr verlängerter Schlaf; diese und mancherlei sonstige Abweichungen von den Normen der Gesundheit haben unmittelbare Neigung, die Kraft der Verdauung herab zu setzen.“ Carpenter zeigt nun, wie alle die gerühmten gegohrenen Getränke auch bei

Digitized by Google

mäßigem täglichen Gebrauch die Verdauungsorgane zunehmend schwächen, die Verrichtung der ausscheidenden Organe beeinträchtigen, das Nervensystem überreizen, Erschöpfung der Nervenkraft begünstigen, die Organe des Blutumlaufs schädigen und die Ernährung herabsetzen, somit positiv nachtheilig auf Leben und Gesundheit wirken. —

Wir werden also einen guten Theil der heut' zu Tage innerhalb der gesitteten Nationen anzutreffenden und so sehr verbreiteten Gebrechen auch auf den täglichen nicht unmäßigen Gebrauch der gegohrenen Getränke und destillirten Geister zu setzen haben, somit einen mächtigen Theil der kalten und Schweiß-Füße.

Um die Leiden einer Generation gut zu verstehen, ist es nothwendig, das Leben der vorhergegangenen Generation genauer in das Auge zu fassen. Auf diese Weise verfahrend, wird eine große Zahl von Quellen des Uebels der kalten und Schweiß-Füße, welches die Zeitgenossen so peinigt und beläftigt, an das Licht des Tages gezogen.

Wenn nun bei den Vorfahren durch Einfluß von Gebrauch und noch mehr von Mißbrauch Alkohol enthaltender Getränke aller organischen Verrichtungen Kraft vermindert, das Leben also im Ganzen und in seinen Einzelheiten geschwächt und damit krankhaft gestaltet wird, muß dies sehr benachtheiligend auf Entwickelung und Dasein der Nachkommen wirken und bei denselben mehr oder minder bedenkliche Anlagen zu zahlreichen Uebeln erzeugen. Lebten jedoch die Sprößlinge musterhaft nach den Normen der Gesundheits-Pflege, so verlöre sich allmählig die verhängnißvolle Erbschaft und aus der Anlage entwickelte sich kein Gebrechen.

Musterhaftes Leben nach den Normen der Gesundheitspflege und Fortschritt falscher Gesittung sind gar nicht vereinbare Begriffe; denn im Weitergang naturwidriger Civilisation muß für die größte Zahl der Menschen das Leben mit Nothwendigkeit gesundheitswidriger werden. Demnach kommen die ererbten Anlagen unbedingt zur Ausbildung und die Generationen werden immer elender. Ganz

Digitized by Google

besonders tritt dieser Fall ein, wenn die Nachkommen bei allem Wohnungs- und Arbeits-Elend noch verfälschte geistige Getränke aufnehmen und falsch sich ernähren.

In ausführlicher Weise sind die Wirkungen der Trinkerei der Vorfahren auf die Seelen- und Leibes-Entwicklung der Nachkommen durch F. Combemale [4]) studirt worden. Wir sehen da die mannigfaltigsten Seelen-Zustände und Leibes-Krankheiten, Gebrechen und Verkrüpplungen bei den Sprößlingen der Säufer zu Tage treten, und bemerken, daß auch Hände und Füße der Nachkommen in das Bereich der Entartung gezogen werden; auf alle Organe könne sich die durch Alkoholismus der Vorfahren bedingte Entartung bei den nachfolgenden Generationen erstrecken, und es sei sehr häufig der Fall, daß unter diesem Einfluß die Gesammtheit der Organe einen Charakter von Schwäche annehme und das Widerstands-vermögen des Individuums als gering sich erweise. Daher kommt auch die Vielheit der bei den Sprößlingen der Säufer auftretenden Krankheiten.

„Es ist indessen," sagt Combemale, „ein allgemeiner Zustand, von dem es uns scheint, daß er alle Wirkungen begreife: der Lymphatismus," und erweist zugleich den Zusammenhang, nicht allein der Scropheln, sondern aller dem Bereiche des „Lymphatismus" angehörigen Leiden der Sprößlinge mit Alkoholismus der Erzeuger und weiteren Vorfahren.

M. Legrain [5]) bestätigt den Mangel an Widerstandsvermögen bei den Sprößlingen der durch Alkohol Entarteten. —

Fassen wir dies alles zusammen, denken wir an die verschiedenen Grade des Gebrauchs und Mißbrauchs alkoholischer Genußmittel, und bringen wir die Schädlichkeiten mit in Rechnung, welche, aus unzähligen anderen Quellen entspringend, den erblich Belasteten treffen, so erstaunen wir keinen Augenblick lang über die ungeheure Masse von Leiden und Gebrechen, welche mit dem Uebel der chronisch kalten und Schweiß-Füße einher gehen. So viel Wirthshäuser, so viel Fabriken und Werkstätten: so viel Mittelpunkte des Alko-

Digitized by Google

holismus und Ausgangspunkte der Entartung, so viel Heimstätten der Vorbereitung und Erwirkung von kalten und Schweiß-Füßen.

Mit Zunahme der Fälschung von Bier und Wein durch gewöhnlichen Alkohol, noch mehr aber durch Amyl-, Methyl- und andere Alkohole, wächst die erbliche Gebrechlichkeit und mit dieser das Kalt- und Schweiß-Fuß-Leiden. Die fremden Alkoholarten wirken um ein Bedeutendes schädlicher und giftiger, als der gewöhnliche Alkohol; daher kommt es, daß seit allgemeinem Gebrauch des Kartoffel-Branntweins als unmittelbaren Getränks und Verfälschungsmittels von Bier und Wein ganze Volksklassen auf das Intensivste geschädigt werden.

Der Internationale Congreß, welcher in Bezug auf Alkoholfragen 1889 zu Paris [6]) stattfand, erklärte, es sei wegen der hervorragenden Giftigkeit der anderen Alkohole und wegen der Gefährlichkeit des gewöhnlichen Alkohols dringend geboten, den Gebrauch der unreinen geistigen Flüssigkeiten zu untersagen und den der übrigen gebrannten Wasser möglichst einzuschränken, die der Gesundheit nicht nachtheiligen gegohrenen Getränke von Steuer zu entlasten, Thee- und Kaffee-Häuser (im Sinne der Mäßigkeit) zu begünstigen, und den Handel wie Ausschank destillirter Getränke strenge zu überwachen. — Eine sehr dankenswerthe Erklärung, aus deren Durchführung Gutes für das Volk erwächst und dem Fortschritt der Gebrechlichkeit ein großes Hemmniß.

Wie noch des Genaueren gezeigt werden soll, pflegt das Uebel der Schweiß-Füße an einen besonderen Bau des Fußes und eine besondere Beschaffenheit der Haut desselben sich zu knüpfen. Hieraus zu schließen, die Krankheit habe rein örtlichen Charakter, wäre falsch; denn das Oertliche im Organismus ist zumeist eine Offenbarung des Allgemeinen. Und der Bau des Fußes ist ebenso, wie Beschaffenheit der Haut, die nothwendige Folge der waltenden Verhältnisse des bildenden Wollens der Seele und der hierdurch

Digitized by Google

bedingten Umstände des Nerveneinflusses, der Chemie und Physik des leiblichen Haushalts. Das bildende Wollen der Seele hängt einerseits nicht blos von den Einflüssen einer unsichtbaren, uns gänzlich dunklen magischen Welt ab, sondern auch von der gesammten physischen, moralischen und socialen Lebensweise. Demnach wird bei kerngesunden, normal lebenden Bevölkerungen normale Ausgestaltung des gesammten Leibes, somit auch der Füße, und gesundheitsgemäße Beschaffenheit der Haut die allgemeine herrschende Regel sein; demnach werden bei diesen Bruchtheilen der Menschheit kalte und Schweiß-Füße nur höchst ausnahmsweise vorkommen.

Je edler und vollkommener der Fuß auskrystallisirt, desto weniger vom Schweiß-Uebel die Rede, und desto normaler zugleich Haut und innere Organe. Unvollkommene Leibesformen hängen mit Gebrechlichkeit zusammen; es wurde dies bereits oben an dem Beispiel des Alkoholismus und dessen Wirkung von den Alkoholisten auf die von ihnen Erzeugten nachgewiesen.

Hängt nun auch das Uebel der Schweiß-Füße innig zusammen mit einem auf niedrigern Stufen der Ausbildung zurückgebliebenen Bau des Fußes und ungenügend individuell ausgebildete Haut, so ist es darum kein specifisch örtliches, sondern führt jederzeit auf Schwächung der bildenden Kraft der Seele sich zurück. Es wird jede Schwächung der Seelenkraft durch irgend welche Art naturwiedrigen Lebens in Hemmung der Leibes- und Seelen-Entwicklung zum Ausdruck gelangen und darum so ungemein oft auf die Füße sich werfen, das heißt: in denselben sich localisiren, weil die Füße die am meisten in Anspruch genommenen und am schlechtesten gepflegten Theile des civilisirten Menschen ausmachen.

Der gesittet sich nennende Erdensohn stellt seine Füße zuerst auf elenden, gesundheitswidrigen Fußboden, wäscht dieselben nicht oder nur ungenügend, bekleidet sie mit modischen, engen, aus unpassenden Materialien angefertigten Stiefeln oder Schuhen, und

Digitized by Google

bringt so durch diese örtliche Unhygieine das Uebel erst vollends zur Ausbildung. Doch, er könnte noch so unpassend seine Füße bekleiden: ohne den gewissen, aus Gebrechlichkeit entsprungenen Bau der Füße und die bestimmte krankhafte Constitution der Haut, ohne den bezeichneten Zustand des ererbten und erworbenen Siechthums, erzeugten auch chinesische Schuhe für sich allein noch nicht das Uebel der Schweiß-Füße; sie thun dies erst unter den genannten Voraussetzungen.

Digitized by Google

Die Entstehung der kalten und Schweiß-Füße.

Eine genaue Statistik der kalten und Schweiß-Füße ist zwar noch nicht aufgestellt worden; doch man greift nicht fehl, wenn man das Uebel eines der allerverbreitetsten nennt. Die Ursachen dieser großartigen und beispiellosen Verbreitung haben wir zum Theile schon aufgedeckt. Es ist anzunehmen, daß das Leiden sehr beträchtlich an Stärke sich verminderte, wenn alle Fußbekleidung auf einmal zur Hölle führe und alle Welt das Barfußgehen sich angewöhnte.

Doch, damit wäre das Gebrechen noch nicht zu Ende, aus welchem das Leiden empor wächst, wie die Frucht aus der Blüthe. Soll die Erscheinung aufhören, zu Tage zu kommen, so muß auch die Ursache aufhören; das heißt: die Menschen müssen zu Einfachheit, Natürlichkeit, Hygieine, Moral und Aesthetik gründlich sich bekehren. Da dergleichen nun vorläufig nicht zu erwarten ist, so ist auch beträchtliche Abnahme des fraglichen Leidens nicht zu erwarten, und die Gesellschaft wird noch viele und große Fabriken von Wohlgerüchen brauchen, welche ihr zur Verdeckung des abscheulichen Fuß-Schweiß-Geruches tausende und abermals tausende von Litern Pflanzendüfte werden liefern müssen.

Und in der That, der Geruch der Schweiß-Füße ist ein abscheulicher; alle Poesie fällt dabei in den Brunnen; der Mensch

Digitized by Google

enthüllt sich von seiner thierischesten Seite. Der Einfluß, welchen dieser Pestgestank auf den normalen und sensitiven Menschen ausübt, ist geradezu lähmend, krankheit-erzeugend. Mit einem Schweiß-Füßler enge Wohn- und Schlafräume, Cabinen von Schiffen u. s. w., theilen und nicht zum Schornstein hinausfahren, ist Pein und kann zur Folter werden, zur Erkrankung der Genossen, besonders wenn dieselben der zarten Jugend angehören, nicht unwesentlich beitragen.

Der von Schweiß-Füßen frei werdende Duft, welcher aus flüchtigen Fettsäuren, Gasen, Dämpfen und wohl auch mancherlei noch nicht bekannten Dingen besteht, scheint auf das sympathische Nervensystem am meisten nachtheilig zu wirken und das ästhetische Gefühl zu beleidigen. Je reizempfänglicher das Individuum, desto ausgesprochener diese Wirkung.

Und der andauernde Einfluß des Schweiß-Duftes, welcher den Geruchsorganen und Lungen gegenüber zunächst in Betrachtung kommt, ist schon darum als Schädlichkeit höheren Grades zu bezeichnen, weil die Bestandtheile desselben auf den genannten Wegen in die Leiber der umgebenden Menschen gelangen und da niederdrückende Nervenwirkungen ausüben. Auf die Menge der eingeathmeten Geruchsmaterien kommt es allerdings an; denn große Mengen wirken schwerer, als kleine: aber schon homöopathische Quanta sind von üblem Einfluß auf die Gesundheit der den Ausdünstungen der Schweiß-Füße preisgegebenen Personen.

Unter dem Obwalten andauernder Depression der Nerven- und Seelenstimmung können die Vorgänge innerhalb des organischen Haushalts keine normalen sein. Es brauchen da nicht jeder Zeit ausgesprochene Krankheitszustände durch die Ausdünstungen der Schweiß-Füße sich zu entwickeln; es genügt schon, wenn der genannte Einfluß sich geltend macht und durch die von ihm erzeugte Niederdrückung krankhafte Zustände vermehrt oder hervorbringen hilft.

Nichts ist für Weltanschauung und Lebensfreudigkeit bedenklicher und störender, als der beständige Einfluß von Gestank und die

Digitized by Google

unterbrochene Niederdrückung der Nerven- und Seelenstimmung. Auch wenn der Pestduft durch Gewöhnung daran nicht mehr übel empfunden wird, besteht seine Wirkung ungehindert fort. Kommen ja doch tausende von Schädlichkeiten zur Geltung, deren Dasein unserer Wahrnehmung völlig entrückt ist!

Zunächst ist es das eheliche Zusammenleben, welches durch das Uebel der Schweiß-Füße zwar nur mittelbar, doch in höherem Maaße als geglaubt werden dürfte, Beeinträchtigung erfährt; denn der gewisse Duft erzeugt Verstimmung, auch wenn die Wahrnehmung desselben unbewußt erfolgt, und Nerven- wie Seelendepression ist eine mächtige Quelle von Unlust, Mißmuth, Unzufriedenheit, Nörgelei und Kritelei, setzt den Gatten eine farbige, unrecht geschliffene Brille auf und fegt oder wischt die Farben der Poesie hinweg. Je reizempfänglicher die Menschen, desto gefährlicher Fuß-Schweiß für das eheliche Dasein. Bei heftiger Liebe der Gatten tritt diese Gefahr weniger hervor; allein im Fortschritt des Verstandes — Menschenthums und der kalten Berechnung wird heftige Liebe immer seltener und darum — Fuß-Schweiß immer bedenklicher.

Wie entsetzlich der Aufenthalt in enger Schlafcabine eines Schiffes mit Menschen, welche an Schweiß der Füße leiden, besonders bei längerer Fahrt, Wochen, Monate lang dauernd! Wenn auch bei Tage die frische Luft der See den Schaden bessert, so ist doch die Nacht lang und der niederdrückende Einfluß des Duftes bedeutend. Schließlich wird ein solches Zusammenwohnen als Qual empfunden und dessen baldiges Ende herbei gewünscht.

Nervöse Menschen ganz besonders erfahren durch Einfluß des genannten Duftes Steigerung ihrer krankhaften Symptome und sind gezwungen, wohlriechender Essenzen sich zu bedienen. Wenn dergleichen aber Jahre lang fortdauert, so wird die Gesundheit durch die Ausdünstungen der Schweiß-Füße und durch die wohlriechenden Wasser geschädigt.

Aus den obigen und vorhergehenden Auseinandersetzungen schon ergiebt sich, daß zu Entstehung des Uebels der Schweiß- und kalten

Digitized by Google

Füße zwei Momente gehören: ein beanlagendes und ein erregendes. Die Anlage ist allgemein und örtlich zugleich, das heißt: sie bezieht sich auf den ganzen Organismus und auf die Füße. In den meisten Fällen wird die Anlage mittelbar oder unmittelbar von den Erzeugern auf die Erzeugten vererbt, seltener von den letzteren im Laufe des Lebens erworben. Ganz entschieden möchte ich dafür halten, daß alle höheren Grade von Schweiß-Fuß-Leiden, besonders die mit stark riechenden, ja geradezu stinkenden Absonderungen einher gehenden, erblichen Ursprungs sind und nicht selten mit Syphilis der Vorfahren zusammenhängen, wie andererseits mit Geisteskrankheiten, Schwindsucht und sonstigen die Constitution tief erschütternden Krankheiten.

Wenn Sprößlinge gesunder Familien durch unpassende Lebensweise und Bekleidungsart Fuß-Schweiß ererben, so wird das Uebel niemals einen sehr hohen Grad erreichen und niemals mit pestartigen Ausdünstungen einhergehen.

Jeder krankhaften Schweißbildung an Füßen und weiter auch an Händen liegt demnach ein Leiden der Constitution zu Grunde, welches um so gewisser unmittelbar oder mittelbar ererbt ist, je intensiver und ausgebreiteter es erscheint.

Es sind die folgenden Aussprüche von F. E. Clasen [7]) sehr beachtenswerth, weil sie reine Erfahrung zum Ausdruck bringen. „Die Schweiß-Hand," sagt Clasen, „stellt fast ein ebenso peinvolles Uebel dar, wie der Schweiß-Fuß. Man beobachtet diesen Zustand meist bei jüngeren Personen beiderlei Geschlechtes und gewöhnlich als Ausdruck einer geschwächten Constitution, z. B. bei Scrophulose, Anlage zu Lungenkrankheiten, bei Zuständen gestörter Magenfunction, Bleichsucht, Krankheiten des Nervensystems u. s. w." „Ein gleich schlimmes Leiden bildet der Fuß-Schweiß, der gewöhnlich zum Stink-Schweiß wird." „Die Ursachen für die Erscheinung örtlichen Schweißes, Hand- oder Fuß-Schweiß, können sehr verschieden sein; sehr häufig wird der letzte Grund in der Constitution liegen, wenn auch bei der Entstehung und Ausbildung der Fuß-

Digitized by Google

Schweiße das die Verdunstung hindernde Fußzeug eine große Rolle spielt. Die Schwierigkeit der Beseitigung solcher localer Schweiße an einzelnen Körpertheilen begreift sich leicht, wenn man weiß, daß alle Schweißabsonderung von dem Centralnervensystem abhängig ist . . . es bedarf zur gründlichen und dauernden Heilung stets auch einer die Verbesserung und Kräftigung der Constitution berücksichtigenden Behandlung." —

Hierdurch wird ein guter Theil des oben Entwickelten bestätigt und das Moment des Constitutionellen in der Anlage hervorgehoben.

Der größte Theil aller constitutionellen Uebel wird auf dem Wege der mittelbaren wie unmittelbaren Vererbung erwirkt. Wenn in diesen Leiden die beanlagende Ursache der kalten und Schweiß-Füße zu suchen, so sind Lebensführung und Krankheiten der Vorgänger die Bedingung des ekelhaften Gebrechens bei den Nachkommen. Dasselbe bedarf nur noch erregender Momente, um zu vollem Dasein erweckt zu werden; und diese sind Lebensweise, Wohnung und zweckwidrige Bekleidung, besonders der Füße, bei den Betreffenden.

Ererbte Krankheitsanlagen und constitutionelle Leiden bedeuten Schwächung der Kraft des bildenden Wollens der Seele, und jene örtlich wirkenden Schädlichkeiten, welche Fuß-Schweiß erwecken und dauernd unterhalten, bedeuten Schwächung der Lebenskraft in den localen Nervencentren und Drüsen. So wie es gelingt, diese Zustände von Schwächung aufzuheben, ist auch das Schweiß-Fuß-Leiden entfernt, wie weiter unten noch des Genaueren nachgewiesen werden soll.

Die Gesammtheit der erregenden Ursachen der Schweiß-Füße läßt sich in die Worte zusammen fassen: Mißhandlung der Füße, Mißhandlung des ganzen Organismus, Schwächung der Lebens- der Widerstandskraft. Das wirthschaftliche Erwerbssystem zwingt unzählige Menschen, sich zu mißhandeln, zu schwächen: der Dienst des Egoismus und der nackte Kampf um den Bissen trockenen

Digitized by Google

Brodes bringen nicht allein Selbstmißhandlung, sondern auch Aufreibung mit sich, und die letztere ist die bedeutendste Quelle der Schwächung, Erschütterung der Constitution in ihren Grundfesten.

Was also disponirende und erregende Ursachen der kalten und Schweiß-Füße in Hülle und Fülle hervorbringt, ist in letzter Reihe die durch das falsche Wirthschaftssystem groß gezogene Hab- und Genußsucht der einen, und das Elend, die Lebensnoth der anderen.

So werden die Momente der Wirthschaft und Gesellschaft auf dem Gebiete der Krankheitsentstehung wirken. Und da wollen Krankheits- und Gesundheitslehrer die Fragen der nationalen Oekonomie und Socialwissenschaft von der Pathologie und Hygieine ausschließen!

Aus dem naturwidrigen Gesellschafts- und Wirthschaftssystem entspringt auch die Mode, und die Thorheiten derselben enthalten sehr zahlreiche erregende und beanlagende Ursachen der kalten und Schweiß-Füße. Nicht allein die mancherlei engen, aus schädlichem Material erzeugten Schuhe und Stiefel kommen hier in Betracht, sondern auch die vielen Angewohnheiten, welche Leib und Seele schwächen und alle constitutionellen Uebel auf diese Weise fördern.

Die Mode ist eine Vielheit von Saugpumpen, welche Kraft aus dem Organismus der ihr ergebenen Einzelnen, Familien, Gesellschaften ziehen, und das gewisseste Medium, in welchem der Mensch sein Wohlsein verliert, seine Constitution schwächt, eine Unzahl von Krankheiten erwirbt und so in Zustände geräth, welche auf dem Wege der Vererbung das Lebensglück der Nachkommen zerstören, und sei es auch nur durch das Uebel stinkender Schweiß-Füße.

Mit der Mode verhält es sich eigenthümlich; denn dieselbe verändert in jedem Augenblick Farbe und Form, und dadurch nähert und entfernt sie sich wieder den leiblichen Bedürfnissen, wird Freundin und Gegnerin der Gesundheit. Trotz dessen die Moden der früheren Jahrhunderte ungleich mehr der Eitelkeit dienten, als auf das Bedürfniß und Wohlsein Rücksicht nahmen, gab es ehedem bei weitem weniger stinkende Schweiß-Füße und ätzende Hand-Schweiße,

Digitized by Google

wie gegenwärtig. Innerhalb ganzer Jahrhunderte war die Tracht oder auch Mode dermaaßen mit den Normen der Gesundheitspflege in Widerspruch, daß man erstaunt sein könnte über die Geringfügigkeit der damals herrschenden Gebrechen, wenn man nicht das beziehungsweise solide und einfache Leben der Menschen jener Zeit in Betrachtung nähme.

„Mit der Umgangs- und Schriftsprache", entwickelt H. Hauff [8]), „ist auch die Kleidung logischer, gerundeter, consequenter, gleichförmiger geworden. Freilich haben beide dadurch an Originalität eingebüßt; und dies konnte nicht anders sein, wenn das, was ehedem die Sache Weniger war, das Handhaben der Hülle des Gedankens und des Körpers, gemeine Fertigkeit werden sollte. Erträglich zu sprechen und zu schreiben und sich gut zu kleiden ist jetzt keine Kunst und kein Luxus mehr, es ist fast eine Pflicht geworden; aber gut zu schreiben und sich mit Virtuosität zu kleiden, ist dieselbe Kunst, dasselbe Privilegium weniger geblieben, was es von jeher war". Und weiter bemerkt Hauff: „Ganz denselben Bildungs-Gang folgte die Toilette. Erst reich und pompös vor allem, starr und steif, lernte sie immer mehr die Kunst, den Luxus mit dem Geschmack, die Eitelkeit mit der Bequemlichkeit zu versöhnen, aus nichts etwas und aus wenig viel zu machen." —

Keinen Augenblick lang sollen die Fortschritte, welche die Mode im Laufe der Zeit machte, bezweifelt werden; man wird sogar zu dem Glauben geneigt, daß durch diese Verbesserungen und auch theilweise Anbequemungen an die Bedürfnisse des Leibes, die Moden der Gegenwart im Allgemeinen weniger der Gesundheit widersprechen, als ehedem: und doch unendlich mehr kalte wie Schweiß-Füße, als ehedem, und ein unermeßlicher Pfuhl von Gebrechlichkeit!

Diese Erkenntniß läßt uns Kleidertracht und Mode als etwas nur bedingungsweise für die Gesundheit Ausschlag Gebendes erscheinen, als etwas erst in zweiter Reihe in Betracht zu Nehmendes

Digitized by Google

vorkommen. Die Hauptsache bleibt immer die eigentliche physische und moralische Lebensführung. Ist diese gut, so werden gar manche Nachtheile von Tracht und Mode sicher ausgeglichen; ist dieselbe jedoch schlecht, so gelangt auch die vortrefflichste Tracht und Mode nicht zu bemerkenswerther hygieinischer Geltung.

Es wird die Mode die Anlage zu kalten und Schweiß-Füßen vermehren, und andererseits in Bezug auf dieses Uebel als erregende oder Gelegenheitsursache sich verhalten, wenn die Generationen, welche als Narren dieser Mode über die Bühne des Welttheaters tanzen, von Gebrechen strotzen und mit Alkohol, Quecksilber und Tabak in besonderem Maaße sich befreunden. Und wenn die augenblicklich herrschende Kleidungsform und Kleidungsbeschaffenheit hemmend auf die freie Beweglichkeit und Entwickelung der Füße und andern Körpertheile wirkt, so wird das Uebel ganz gewiß und in höherem Grade zum Vorschein kommen.

Strümpfe und Schuhe tragen, unter den bezeichneten Voraussetzungen, sehr viel zu Entstehung des Leidens bei, wie wir sofort des Genauern zu ermitteln uns bestreben werden.

Nach der Ansicht von Gustav Jäger [9]) soll der Strumpf aus völlig ungefärbter Schaf- oder Kameel-Wolle bestehen. „Bei dem hohen Werth der Hautdurchblutung des Fußes," sagt dieser Gelehrte, „paßt kein anderes Material" . . . „es ist klar, daß bei der starken Ausdünstung des Fußes falsche Färbung besonders schädlich sein muß. Wichtig ist ferner, daß der Strumpf geräumig sei, weich und durchlässig. Ein falsch behandelter Wollenstrumpf geht ein, wird, wenn er aus starker Wolle ist, hart und damit zur Folterkammer für den armen Fuß, insbesondere für die Zehen. Da muß die Haut unter Schweiß, Druck und Gestank mit Sicherheit Noth leiden." — Die Lahmann'sche Baumwolle kann jedoch für den Fuß ebenso nutzbar gemacht werden, als die Jäger'sche Wolle. Was aber außerhalb dieser beiden Materialien sich befindet, wird nur allzuhäufig, und zwar unter den mehrfach er-

Digitized by Google

wähnten Voraussetzungen, zum Beförderungsmittel des Kalt- und Schweißigwerdens der Füße.

Der Fuß transspirirt unter dem Einfluß von Bekleidung um ein Beträchtliches mehr, als im nackten Zustande. Je weniger durchlässig das Material des Strumpfes und je schlechter überhaupt dessen Beschaffenheit, desto gewisser Förderung des genannten Leidens durch den Strumpf. Weil nun in der That die große Mehrzahl der Strumpfarten weniger als mittelmäßig, ja überhaupt erbärmlich ist, unter zumeist gesundheits-widrigen Schuhen oder Stiefeln getragen wird, und in der Regel sieche, gebrechliche, erkrankte Besitzer hat, darum erweist dieselbe sich als wirkliches und mächtiges Förderungsmittel der Schweiß-Füße.

Nun kommt zu den schlechten Strümpfen und Schuhen noch die Vernachlässigung der Fußpflege und überhaupt der ganzen Gesundheitspflege, und so werden die ererbten Krankheitsanlagen durch Begehung ebenso wie durch Unterlassung geradezu sorgfältig entwickelt. Allerdings ist es für den gewöhnlichen Menschen nicht so leicht, die für das Wohl seiner Füße am besten geeigneten Strümpfe herauszufinden; denn einerseits ist der Markt überschwemmt und die durch das falsche Erwerbssystem angefachte Gewinnsucht der Geschäftsleute, sowie die Anstrengung derselben im Kampfe um das Bestehen grenzenlos, und andererseits erweist die Kaufkraft großer Bruchtheile der Bevölkerung sich so schwach, daß nur die billigsten und schlechtesten Strümpfe erworben zu werden pflegen.

Jeder Strumpf, der wenig durchlässig, hart, gefärbt, erhitzend oder erkältend wirkt, fördert das in Rede stehende Uebel. Ein guter Strumpf muß porös, weich, ungefärbt sein, im Winter warm halten ohne zu erhitzen, und im Sommer kühlen, ohne zu erkälten. Solche Art kostet viel und kann nur von Wohlhabenden erworben werden. Die Frage der Hygieine des Fußes und der Verhütung des Fuß-Schweißes ist also zuerst und zuletzt eine Frage des Besitzes, des Erwerbs, der Wirthschaft.

Je schlechter der Strumpf, desto mehr wird derselbe feucht,

Digitized by Google

naß. Je feuchter, nässer der Strumpf, desto mehr Verlust organischer Wärme, desto mehr Aufwand von Kraft, um diesen Verlust auszugleichen; auf der andern Seite bewirkt der feuchte, nasse Strumpf kalte Füße, in weiterer Folge auch kalte untere Gliedmaßen, und übt dadurch die nachtheiligsten, ja verhängnißvollsten Wirkungen auf den ganzen Organismus, auf das Schicksal des Menschen aus. Unsere Schicksale hängen mit unserer Stimmung und unserem Gesundheitszustand innigst zusammen, sind somit auch von Strumpf, kaltem und Schweiß-Fuß abhängig.

„Im Allgemeinen", entwickelt J. V. Brandan [10]), „wird jedermann zugeben, daß es für den Wärmeeffect ganz gleichgültig ist, ob unsere Füße von unserem eigenen Schweiß oder von irgend einer Wasserpfütze in demselben Grade naß geworden sind; naß ist naß, und der anfängliche Unterschied in der Temperatur beider Flüssigkeiten zu Gunsten des Schweißes wird bald, besonders in kalter Jahreszeit, beim Sitzen oder Stehen auf kaltem Boden, u. s. w., mehr oder minder ausgeglichen sein. Da nun die Haut in Berührung mit einem sie umgebenden, besonders feuchten Medium fortwährend Wärme an dasselbe abgiebt, so lange die Temperatur des Körpers oder des Gliedes höher ist, als dieses, und zwar um so reichlicher, je besser das Medium Wärme leitet, so ergiebt sich daraus ganz ungezwungen der chronische Wärmeverlust, den unser Körper bei dem in Rede stehenden Uebel zu erleiden hat."

Und weiter bemerkt Brandau: „Wenn nun auch die Fußfläche einen verhältnißmäßig sehr kleinen Theil der Gesammtoberfläche der Haut bildet, so muß man bedenken, daß gerade die Füße durch ein verhältnißmäßig sehr stark entwickeltes Gefäßnetz ausgezeichnet sind, daß die Durchschnittstemperatur in den nassen Strümpfen und an den Füßen der Schweiß-Füßler kaum die Hälfte der obigen Temperatur und oft noch viel weniger beträgt, und besonders aber, daß dieser Wärmeverlust sozusagen tagtäglich, jahraus jahrein, zum Glück mit Unterbrechung während der Nacht, und in verschieden hohem Grade statt findet". . . . „Jedermann ist es

Digitized by Google

bekannt, wie gesundheitsschädlich es ist, auch nur ein Paar Stunden lang nasse Füße zu haben. Um wie viel mehr muß dies nun bei einem Jahre lang bestehendem Schweiß-Fußleiden der Fall sein! Denn es ist nichts Seltenes, daß dergleichen Individuen Stunden und Tage lang nicht nur eiskalte Füße, sondern eiskalte Beine haben. . . Einen solchen chronischen Wärmeverlust kann aber auf die Dauer auch der kräftigste Organismus nicht ertragen". . . . —

Aus diesen Worten, welchen durchaus die Erfahrung zur Grundlage dient, geht die große Bedeutung der Strümpfe, sodann der Schuhe, und schließlich des Fußbodens, dem Uebel der kalten und Schweiß-Füße gegenüber, hervor.

Alle diejenigen Kleidungsstücke, welche die Ausdünstung aus den Schweißdrüsen der Fußhaut verdichten und also den Schweiß begünstigen, werden als nachtheilig, ja verderblich sich erweisen; sie werden dies aus dem Grunde vorzüglich, weil sie, wie gezeigt wurde, große Verluste von Wärme für den Organismus bedingen und erwirken helfen. Wenn also die Fußbekleidung so beschaffen ist, daß durch deren Einfluß die Ausdünstung nicht verdichtet, sondern abgeleitet wird, so verhindert sie das Ausströmen großer Mengen von Wärme und spart damit dem Organismus Kraft, erhält demnach Gesundheit und frohe Stimmung der Seele, welche ihrerseits wieder eine wesentliche Bedingung der Gesundheit ist. Die gute Wirkung passender Bekleidung der Füße zeigt sich stets darin, daß die letztern immer gleichmäßig warm bleiben. Und bei Menschen, welche an kalten Füßen und Fuß-Schweißen kranken, liegt hierauf das größte Gewicht. Diese Leute müssen nicht nur der besten Strümpfe sich bedienen, sondern dieselben täglich wechseln, die Füße sorgfältig reinigen und sehr geeignete Schuhe tragen. Jeder Verstoß gegen diese Vorschrift bedeutet Zunahme des Uebels und Erhöhung der allgemeinen Anlage zu Krankheiten, Vermehrung bestehender Leiden und Hervorrufung neuer Krankheiten.

Mit den Schuhen und Stiefeln verhält es sich, je nach Material, Größe und Gestalt derselben, eigenthümlich gegenüber den

Digitized by Google

kalten und Schweiß-Füßen. Man möge mit Gewißheit behaupten, daß die meisten Schuhe und Stiefel nichts taugen, indem sie das Leiden schon wegen Verdichtung der Ausdünstungen fördern. Das Material ist schlecht, die Form verderblich, weil zumeist einer elenden Mode unterworfen, und die Größe ungeeignet wegen der gesundheitswidrigen modernen Gestalt, deren Wirkung eine die normale Entwicklung des Fußes hemmende ist.

Es sind über das Verhältniß der Schuhe und Stiefel zu den kalten und Schweiß-Füßen mancherlei und nicht übereinstimmende Meinungen ausgesprochen worden, von denen einige drollig klangen. Die besten Schuhe und Stiefel sind eigentlich gar keine, das heißt: Barfußgehen würde, unter Voraussetzung guten Fußbodens und wenn im kalten, düsteren Norden möglich, am meisten vor kalten Füßen und Fuß-Schweiß schützen. Nun aber liegen die Verhältnisse so, daß Stiefel und Schuhe getragen werden und in den Ländern des Eises und Nebels, Thrans und Schnupfens, getragen werden müssen. Daher ist es nothwendig, mit der höchst unerquicklichen Wissenschaft der elenden Schuhe und Stiefel, dieser abscheulichen Fußverderber, sich abzuquälen.

Normalstiefel und doch Fuß-Schweiß! Diese Wissenschaft ist jammervoll. Doch, was nützen Normalschuhe, wenn der Mensch abnorm, gebrechlich, Sklave eines seine Kräfte nutzlos aufreibenden und darum elend machenden falschen Systems der Wirthschaft ist! Gesunde Daseinsverhältnisse, und der Normalschuh wirkt Wunder.

In Bezug auf die Gestalt der Schuhe und Stiefel, welche Fußleiden, also auch Fuß-Schweiß, begünstigt und andererseits wieder verhindert, soweit dies überhaupt möglich, haben H. v. Meyer [12]) und Schaffer [11]) ausführlich sich verbreitet. Das Wesentliche ihrer Forderungen ist: der gute Stiefel oder Schuh soll in seinem Bau dem Baue des Fußes entsprechen und die Bewegungen des letzteren in keiner Art hindern. — Dem nun setzt die Mode sich entgegen und das von mir oben genauer Bezeichnete, welches zu größtem Theile wohl aller Mode das Leben giebt.

Digitized by Google

Ebenso wichtig, wie die Gestalt der Schuhe in einer Art, ist das Material derselben in anderer Art; denn davon hängt schließlich das Verhältniß der Wärmeökonomie des Fußes und die Gesundheit des Leibes wie auch die Stimmung der Seele in mehr als einem Punkte ab.

Nach den Forschungen von Rumpel [13]) beträgt der Wärmeverlust eines mit feuchter Flanellbinde umgebenen Gliedes im Ganzen dreimal so viel, als eines völlig nackten, und fünfmal so viel, als eines bekleideten. „Wir begreifen demnach," sagt Rumpel, „daß die Wärmeproduction des Menschen solchen gewaltigen Wärmeentziehungen gegenüber machtlos ist." — Dies wenden wir auf das Verhältniß des Materials der Schuhe zum Fuße an, zum ganzen Menschen und seiner Gesundheit; denn jedes Material, welches die Schweißbildung auf den Füßen begünstigt, verursacht einen mehr oder minder bedeutenden Verlust an Wärme, den der Organismus im Laufe der Zeit immer schwerer ersetzen kann.

Nun aber entsteht die Frage, welches Material das schlechteste und welches das beste zur Herstellung von Schuhen und Stiefeln ist. Gustav Jäger [14]) spricht unter anderem also sich aus: „Bei den Schuhen, die in der Regel nicht gewaschen werden, beziehungsweise nicht gewaschen werden können, sollte der Grundsatz keines besonderen Beweises bedürfen, daß dieselben aus Material gefertigt werden müssen, welches gegen üble Gerüche sich möglichst ablehnend verhält. Daß in dieser Beziehung die Wolle, und zwar die farbstofffreie, das tadelloseste Material ist, steht fest, und somit sind Schuhe ganz aus Wolle (Wollenfilz) unbedingt die gesundesten." Der Wolle gleich achtet Jäger das weißgare Leder der wild lebenden Thiere; das der Hausthiere sei zu schwammig und deshalb für Schuhe nicht geeignet. Lohgares Leder werde am Fuß stinkend. „Um den gewöhnlichen Schuh," bemerkt Jäger, „nun möglichst gesund und doch den modernen Anforderungen an Form und Haltbarkeit entsprechend zu machen, nimmt man eine Combination aus Wolle und Vaselinleder oder Sämischleder und Vaselinleder in der

Digitized by Google

Weise, daß die Sohle aus dem festen Vaselinleder gemacht wird, die übrigen Theile aus Wolle oder Wildleder."

Alle anderen Schuhe und Stiefel wirken, nach Jäger, unvortheilhaft oder schädlich, damit also Fuß-Schweiß befördernd. Der beste Schuh sei der aus Wolle; sodann kommt ihm der wohlbehandelte Stiefel aus Hirschleder, und endlich der wasserdichte aus Vaselinleder, der aber durch Stiefelwichse Gestank annehme.

Das oben Entwickelte spricht keineswegs gegen diese Anschauungen und Erfahrungen, sondern eher zu deren Gunsten. Doch, wir wollen noch weitere Stimmen hören.

Es zeigt J. V. Brandau [15]), „daß das wegen seiner Dauerhaftigkeit und gleichzeitigen Widerstandsfähigkeit gegen alle Unbilden der Witterung am besten zur Bekleidung unserer Füße geeignete und auch weitaus am meisten verwendete Leder der Verdunstung des schon naturgemäß an denselben abgesonderten oder von den Strümpfen aufgesaugten Schweißes sehr hinderlich ist; ein Umstand, der noch deutlicher empfunden wird bei vermehrter Schweißabsonderung. . . Auch die Form der Fußbekleidung ist von Wichtigkeit; denn es ist leicht verständlich, daß ein ungefähr bis an die Waden reichender sogenannter Halbstiefel mit ziemlich weiten Schäften der Verdunstung des abgesonderees Schweißes viel bessere, durch Schritt und Tritt noch begünstigte Ventilationsverhältnisse bietet, als die Stiefelette oder auch der Schnürschuh; ebenso wichtig ist auch die Arbeit an dem Stiefel selbst, da eine dicke, auf beiden Seiten abgeschabte sogenannte Brandsohle in hohem Grade die Auffaugung und Verdunstung des in den Strümpfen enthaltenen Schweißes begünstigt, während die glatte Brandsohle mit erhaltener Oberhaut, besonders wenn dieselbe . . . mit Stärkekleister auf die eigentliche Sohle aufgeklebt ist, wegen ihrer dadurch bedingten Schweißundurchlässigkeit sehr bald durch das unangenehme Gefühl feuchter Strümpfe und in Folge dessen kalter Füße sich bemerklich macht. Das Gleiche gilt auch von den Schuhen und Pantoffeln, welche der Eleganz

Digitized by Google

wegen inwendig mit weißem oder gefärbtem Schafleder oder mit einem leinenen u. s. w. Futterstoff beklebt sind."

Jules Arnould [16]) weist darauf hin, daß es immer vortheilhafter sei, wenn der Fuß den Schuh forme, wie es bei den Zeugschuhen insbesondere der Frauen der Fall, als wenn der Schuh den Fuß gestalte, wie dies bei den harten Lederstiefeln der Männer vorkommt. Mit Recht verwirft Arnould Gummischuhe und Lackstiefel; die letzteren machten den Fuß im Winter kalt und im Sommer heiß. Dasselbe ist früher von Paul Niemeyer [17]) hervorgehoben worden, welcher aussprach: „Nicht nämlich soll der Fuß sich nach dem Schuhe, sondern der Schuh sich nach dem Fuße strecken." Und weiter: „Eng anliegendes Schuhwerk dagegen, selbst Filz und Pelz, trägt deshalb zum Kaltwerden (der Füße) bei, weil es, die Entweichung der Ausdünstung in Dampfform verhindernd, diese sich in tropfbar flüssiger Form niederschlagen macht und damit dem Fuße eine Art nassen, ihn erkältenden Umschlags bereitet." Gummizüge und Schaftstiefel verwirft Niemeyer und hält den einfachen Schuh, besonders den zum Schnüren, bei richtiger Construction für das Beste.

Wie beträchtlich die Zahl, die Schwere der Fußleiden ist, welche aus dem Einfluß allzu enger und schlecht gebauter Schuhe und Stiefel hervorgehen, ist auch von Paul Starke [18]) dargethan worden. Allzu enge Stiefel beanlagen ihm besonders zu Fuß-Schweißen, während sonst fehlerhaft gebaute Schuhe die Entwicklung des Fußes hemmen. — Und in dieser Wirkung suche man wieder eine Quelle des Leidens der kalten und Schweiß-Füße; denn alles, was die freie Ausbildung des Fußes hindert, hindert auch Blutumlauf und Nerveneinfluß, und damit tritt die Anlage zu dem in Rede stehenden Leiden hervor.

J. A. Benoit [19]) stellt Anforderungen an die Beschuhung der Soldaten, nämlich besonders der Fußtruppen, welche sehr begründet und berechtigt sind. Die Uebelstände, welche diese Forderungen veranlaßten, sind unmittelbar ebenso wie mittelbar der frucht-

Digitized by Google

bare Boden, aus welchem auch kalte und Schweiß-Füße frisch und fröhlich emporwachsen. Benoit nun hebt hervor: „Das Fußzeug soll unter Anderem mehrere Eigenschaften besitzen, welche dasselbe seiner Bestimmung entsprechend machen, so leichtes Gewicht, Einfachheit, in Folge dessen die Möglichkeit bieten, rasch und ohne Beschwerde aus- und angezogen werden zu können, ferner Sicherheit in der Befestigung und vollkommene Beschützung des Fußes wie eines Theiles des Unterschenkels." Der Schaft des Stiefels sei am besten für den Winter aus Leder, für den Sommer aus Zeug herzustellen.

Phoebus [20]) verlangt für den Soldaten genügend weiche und fügsame Schuhe, wie andererseits das häufige Waschen der Füße mit frischem Wasser.

Alle diese Forderungen und mitgetheilten Thatsachen bestimmen uns, dieselben mit einander und mit den Momenten des Leidens der kalten und Schweiß-Füße zu vergleichen.

Ganz entschieden wäre es am besten für die Menschheit, in einem Klima zu wohnen, welches Kleidung überhaupt zum größten Theil und Fußbekleidung insbesondere durchaus entbehrlich machte; denn ununterbrochene Berührung der Haut in ihrer ganzen Ausdehnung mit Luft und Barfußgehen würden Blut- und Säftemischung verbessern, Nerven- und Seelenkraft heben, das Vermögen des Widerstands vermehren, die Gesundheit stärken und die Anlage zu kalten und Schweiß-Füßen vermindern und aufheben, und schließlich auch die Gelegenheitsursachen entfernen.

Aber, dem Nackend- und Barfußgehen stellt immer noch, abgesehen von vielem andern, die Macht des Klima und der ererbten wie erworbenen Gebrechlichkeit sich entgegen; demnach muß es vorläufig noch bei Bekleidung überhaupt, bei Schuhen, Stiefeln u. s. w. insbesondere sein Bewenden haben. Es ist aber nur zu beklagen, daß in Bezug auf das Verhältniß der Materialien der Schuhe zu dem Schweiß-Fuß-Leiden die Ansichten der Fachleute nicht übereinstimmen.

Digitized by Google

Und es kann keine solche allgemeine Uebereinstimmung geben, weil die Zustände und Lebensbeziehungen jedes Einzelwesens andere sind, somit gleiches Schuhmaterial nicht in allen Fällen gleich, sondern in manchen Fällen sehr verschieden wirkt. So ist es mit Wolle, mit Leder, mit allen anderen Stoffen. Der einen Person würden Wollenschuhe und wollene Einlagen in die Stiefel während der warmen Jahreszeit das Uebel der Schweiß-Füße auf das Bedeutendste verschlimmern, während bei anderen Personen gerade das Gegentheil stattfindet.

Der eine Fachkundige spricht gegen Schaftstiefel, der andere giebt denselben für den Gebrauch seitens der mit Fuß-Schweiß Behafteten den Vorzug. Jeder machte seine Beobachtungen an anderen Menschen, in anderen Gegenden, unter anderen Umständen. Nirgends hat das Stiefel- und Schuhleder die nämliche Beschaffenheit, der Schuh die gleiche Form und sind die Menschen gleich gesund oder gleich gebrechlich. Bei demselben Namen hat das Leder von derselben Gattung von Thieren überall eine andere Beschaffenheit.

Leder überhaupt, sei es noch so weich und fügsam, wird bei Gebrechlichen jeder Zeit das Schweiß-Fuß-Leiden begünstigen oder doch nicht hemmen. Es ist und bleibt also ein schlechtes Material zu Schuhen. Wolle ist schon viel besser, paßt aber nicht für alle Individuen unter allen Umständen. Gummi und mancherlei andere Stoffe sind gänzlich zu verwerfen. Also: der eigentlich gute Stoff muß erst noch erfunden werden; alles, worüber wir jetzt verfügen, ist Behelf, verlangt tausend Bedingungen und Voraussetzungen, und fördert, wenn eine derselben nicht erfüllt wird, sofort das Schweiß-Fuß-Leiden mächtig.

Alle die oben gestellten Forderungen sind höchst beachtenswerth. Am nothwendigsten jedoch ist es, die Füße möglichst oft kühl zu waschen, nur leichter Stiefel oder Schuhe von geeigneter Construction, entsprechender Weite und gutem Material sich zu bedienen, und im Uebrigen durchaus nach den Regeln der Gesundheitspflege und Moral zu leben.

Digitized by Google

Möge auch jeder halbwegs gesittete Zweihänder, wenn er nach Hause kommt und schon zu Hause bleibt, Stiefel oder Schuhe ausziehen und mit bequemen zweckmäßigen Pantoffeln vertauschen: einer großen Schädlichkeit, welche das Leiden der kalten und Schweiß-Füße mächtig fördert, kann er doch zumeist nicht entgehen, besonders wenn sein Wohlstand nicht groß und seine Beschäftigungsart mehr ruhig und sitzend. Ich meine den Fußboden, der in den meisten Fällen kalt und oft genug auch feucht ist, und in diesem Zustand großen Schaden anrichtet.

Im Jahre 1863 habe ich mich in einer zu Berlin erschienenen Zeitschrift unter Anderem folgender Maaßen ausgesprochen [21]): „Wer seine Füße auf schlechten feuchten Boden stellt, erfährt am Ende die empfindlichsten Benachtheiligungen des Wohlbefindens und trägt, wenn das Jahr um ist, mehr Geld zum Arzt und Apotheker, als ein guter Boden gekostet haben würde . . . Für südliche Klimate mögen Fußböden aus Marmor, gut mit Teppichen belegt, sehr geeignet sein; nördlich von den Alpen aber verdienen solche, die aus hartem Holz gefertigt werden, ganz entschieden den Vorzug. Böden aus weichem Holz, aus gestampfter Lehmerde, aus Backsteinen und dergleichen ungeeigneten Stoffen schaden, indem sie übelriechende Gase und Dämpfe verdichten, Feuchtigkeit in großen Mengen anziehen und, ausgenommen das Holz, beständig kalt sind . . . Eine ganze Unzahl von Uebeln läßt auf die schädliche Einwirkung miserablen Fußbodens sich zurückführen." „An Orten, wo kein tauglicher Holzfußboden ist, lege man stets ein trockenes Stück harten Holzes unter die Füße; so nur ist man im Stande, einen guten Theil des Schadens abzuwenden, der aus der Einwirkung feuchten, kalten Bodens auf die unteren Gliedmaßen und unmittelbar auf den ganzen Leib erwächst."

Seit dieser Zeit haben unzählige Beobachtungen mich darüber belehrt, daß in der That alle Uebel von Körper und Geist, welche mittelbar oder unmittelbar aus kalten Füßen hervorgehen oder irgend wie damit zusammen hängen, durch feuchte Kälte des Fuß-

Digitized by Google

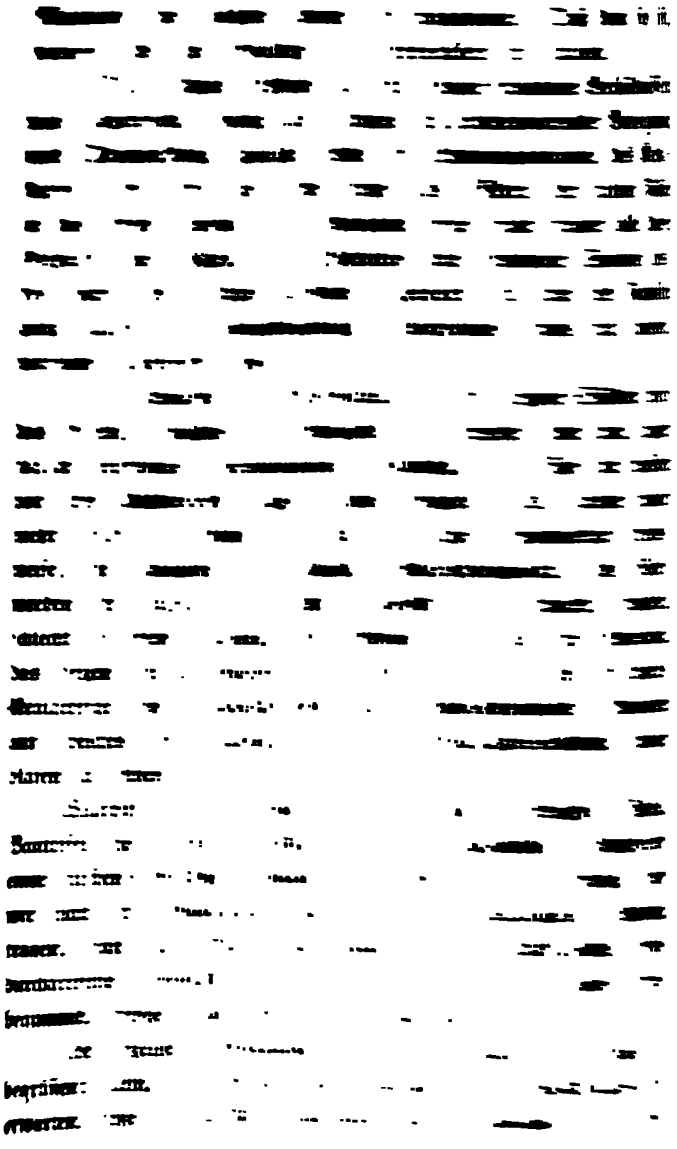
bodens gesteigert und zu mehr oder weniger ungünstigen Ausgang veranlaßt werden.

Es kann kaum eine allgemeinere und intensiver wirkende Schädlichkeit geben, welche, wie der feuchte und kalte Fußboden, so ungemein viel Krankheiten begünstigt. Derselbe ist eine Quelle ununterbrochenen Verlustes organischer Wärme; es kann dieser Verlust nur schwer wieder ausgeglichen werden, von gebrechlichen Naturen eigentlich niemals. Kommen nun zu der beständigen Einwirkung kalten, feuchten Fußbodens schlechte Fußbekleidung und Mangel an Bewegung, so wuchert ein ganzes Heer von Krankheiten und Leiden aus der Erde empor und erschüttert die Grundfesten der Constitution.

In neuerer Zeit ist der Mensch selbst schon in kleineren Städten zum „Etagen"-Bewohner geworden. Und das bedeutet Unglück, Verhängniß, auch in Bezug auf kalte und Schweiß-Füße, sowie hinsichtlich jener Leiden, die mit den letzteren zusammen hängen, dadurch hervorgerufen oder gesteigert werden. Wenn nun in allen Häusern Röhrenheizung bestände und die Wärme vom Fußboden aus empor stiege, derselbe gut construirt wäre, so würde dies ungemein viel Schaden verhüten und den allgemeinen Gesundheitszustand wesentlich bessern. Freilich, das Umhertummeln im Walde und am Strande ersetzt es noch nicht! Aber in der größten Zahl der Häuser wird Brennmaterial in Oefen vergeudet, die freie Luft geheizt, die obere Hälfte der Zimmer erwärmt, wogegen die untere kalt bleibt und der Fußboden eisig.

Wer Kamine hat und den Fußboden mit dichten Teppichen belegt, thut schon mehr für Erwärmung der Füße. Aber, wie wenig Menschen können sich den Luxus der Kamine und Teppiche gestatten! In Italien und anderen Ländern des Südens werden die Fußböden aus Stein oder Backstein angefertigt; bei armen Leuten nun sieht man weder Teppich noch Kamine. Wenn auch die Südländer den größten Theil des Tages in freier Luft verbringen, so sind sie doch während der Nacht in ihren ungesunden

Digitized by Google



Digitized by Google

Verbesserung kann manches Gute erwirkt werden: aber, wollen wir herrschende Uebel, und seien es auch nur kalte und Schweiß-Füße, gründlich beseitigen, müssen wir uns selbst und alle Verhältnisse des Lebens gründlich verbessern.

Und in der That, Reformation thut noth in der gesammten Lebensweise; denn wir begegnen den kalten und Schweiß-Füßen bei den üppigen Prassern und erbgesessenen Philistern, wie auf der anderen Seite bei den darbenden Nähmamsellen und theetrinkenden Erzieherinnen. Aber indessen, seien sie wer sie wollen und leben sie wie sie wollen, wird der gut construirte, warme Fußboden, besonders in der kälteren Jahreszeit, eine Wohlthat ersten Ranges sein.

Mit Nothwendigkeit muß jede Beschäftigung, welche zu vorwiegend sitzender Thätigkeit und zu verhältnißmäßig ruhiger Arbeit in geschlossenen Räumen zwingt, das Leiden der kalten und Schweiß-Füße begünstigen, die Anlage dazu ausbilden, dds noch nicht vorhandene Uebel erwecken. Wenn die Lebensweise sonst noch so gesundheitsgemäß ist, bei Mangel der erforderlichen Leibesbewegung und Durchlüftung des Körpers, des Blutes, bei Mangel an Erfrischung von Blut, Nerven und Hautorganen durch Bäder und Waschungen, wird auch der best beschaffene, wohl gewärmte Fußboden und die erlesenste Fußbekleidung nicht den erwünschten Vortheil bringen.

Und so viele Professionen, welche den Menschen fast zu Bewegungslosigkeit und Aufenthalt in geschlossenen Zimmern verdammen, gestatten demnach nur unvollkommene Ausscheidung der Schlacken, hemmen den Blutumlauf, beschränken die Athmung, die Wärmebildung und Wärmevertheilung, die Innervation und Inspiration, und erzeugen damit die Erscheinung der kalten und Schweiß-Füße, bei üppiger Lebensweise ebenso, wie bei ärmlicher.

Könnten diese unglückseligen Ruhigsitzer mit ihren entsetzlich kalten Füßen täglich zwei Stunden lang im Walde umher laufen, auf Berge klettern, frische Luft aus erster Hand bekommen, fürwahr ihren kalten und Schweiß-Füßen geschähe bald Abbruch und auch

Digitized by Google

minder normal construirte Schuhe schadeten weniger, begünstigten auch das Schweiß-Fuß-Leiden kaum. Durch das unnatürliche Stadtleben, in welchem an Stelle der Natur so häufig das Wirthshaus in den Umkreis der Erholung tritt, um Verderben zu wirken, kommt der Zweihänder ganz aus Rand und Band; seine organischen Beziehungen verderben.

Nun haben die Menschen keine Zeit, ihre Gesundheit zu pflegen; denn dazu gehört Zeit. Kaum täglich die Füße zu waschen, ist dem von seiner Arbeit ermüdeten Proletarier möglich. Noch weniger ist er im Stande, Normalschuhe und Normalstrümpfe zu kaufen, seinen Fußboden zu verbessern, hygieinisch zu schlafen; denn in zwei Betten liegen oft genug Vater, Mutter und fünf Kinder! Wie sie darin liegen können, ohne bucklig oder krumm zu werden, weiß Gott allein.

Es haben die Krankeitslehrer noch nicht um das Verhältniß der unmittelbaren oder mittelbaren Vererbung des Uebels der kalten und Schweiß-Füße sich bekümmert. Und doch ist Erblichkeit eine Hauptquelle, aus welcher das Leiden den Ursprung nimmt. Schon in den einleitenden Betrachtungen wurde hierauf hingedeutet.

In den Beziehungen der Vererbung ruht jedoch nur das beanlagende Moment. Niemals käme das Leiden zu Tage, wenn nicht das erregende Moment, wie selbes durch Begehung und Unterlassung seitens der betreffenden Person gegeben ist, in Wirksamkeit träte. Je gesundheitswidriger die ganze Lebensführung und die Bedingungen des Daseins der Eltern, desto mehr geschwächt die Lebenskraft der Kinder. Ueberall, woselbst es an Lebens- und Widerstandskraft gebricht, sind die Vorgänge im Haushalt des Leibes mehr oder minder unvollkommen; daher kommt es, daß in solchen Fällen der Bau des Leibes im Ganzen oder in Einzelheiten weniger kennzeichnend hervortritt, das Individuum ungenügend auskrystallisirt. Derartige Hemmungen in der normalen Ausgestaltung wirken ihrerseits wieder auf die Vorgänge des leiblichen Haushalts und des Nerveneinflusses, und geben so zu Entstehung von Krankheit und Gebrechen Veranlassung.

Digitized by Google

Emanuel Roth[22]) bemerkt unter anderem: „Anlagen zu örtlichen Krankheiten können aus ihrem Schlummer geweckt werden durch die mannichfachsten äußeren Umstände; es sind dieselben Umstände, die begünstigend wirken auf die Ausbildung örtlicher Krankheiten. Dahin gehören: seelische Aufwallungen, Erkältungen, mangelhafte hygieinische und sociale Verhältnisse, übermäßige körperliche Anstrengung, Alkoholmißbrauch, geschlechtliche Ausschreitungen, Operationen und Verletzungen, die Gesammtentwickelung des Geschlechtslebens, vorausgegangene Krankheiten, Ernährungs-, Beschäftigungs- und Lebensweise, Klima und Klimawechsel". Und weiter: „Erkältungen wirken in der Weise begünstigend auf den Ausbruch ererbter Anlagen, daß sie Störungen der Ernährung nach sich ziehen. Mangelhafte sociale und hygieinische Mißstände sind der Boden, auf dem eine Reihe von Krankheiten empor wuchert, oder deren Anlagen zum Ausbruch bringt". — Je mehr Kampf um das Bestehen einerseits, je mehr Ausschreitungen der Sinnlichkeit andererseits, desto mehr werden alle die geschilderten Umstände wirksam.

Wenden wir dies auf den Gegenstand der kalten und Schweiß-Füße an, so errathen wir, daß bei der ungeheueren Menge von Gelegenheitsursachen, welche das Leben und Treiben in falschen Civilisationen darbietet, nur sehr wenig von ererbter Anlage dazu gehört, um jene Zustände zu erwecken, auf die kalte und Schweiß-Füße sich zurückleiten.

Alle Entwicklungsvorgänge des Leibes werden durch den Einfluß des Elends mit seinem schlechten Wohnen, gesundheitswidrigem Essen, abnormen Bekleidungsverhältnissen und ewiger Gemüthsqual, wie andererseits durch Ausschreitungen der Sinnlichkeit, gehemmt und gestört; daraus wächst unter anderem auch schon bei geringer Anlage das Uebel der kalten und Schweiß-Füße empor.

Innerhalb der auf dem Grunde falscher Civilisation gediehenen Gesellschaften wimmelt es von Kalt- und Schweiß-Füßen. Keineswegs darf man die Behauptung, es sei jeder dritte Mensch von

Digitized by Google

dem genannten Uebel befallen, zurückweisen; denn es bietet jedem, der einen Blick in das Leben wirft, reichlich sich Gelegenheit, dieselbe zu bestätigen.

Und mit Zunahme der Kalt- und Schweiß-Füße müßte durch genauere Statistik auch Zunahme der Fehler im Baue des Fußes ermittelt werden; denn die Zahl der Platt-Füße und sonstigen Abnormitäten der Fußgestalt ist jetzt beziehungsweise größer, als früher. Eine Thatsache, welche die Militärärzte aus den Listen der Rekrutierung leicht erweisen dürften, wenn sie dazu die Mühe sich nehmen wollten, und Civilärzte höheren Alters gleichfalls zu erhärten vermöchten.

Gegen früher sind die Menschen von heute weit empfindlicher und widerstands-unkräftiger, möchten in Wolle sich verkriechen und in warmem Oel baden. Dies schreibt sich von der zunehmenden Gebrechlichkeit her und von Steigerung jener Leiden, welche mit kalten und Schweiß-Füßen einhergehen oder dieselben in das Leben rufen. Daß der Wollencultus so viele und so fanatische Adepten in so kurzer Zeit gewann, ist Folge der überaus weit verbreiteten Gebrechlichkeit.

Um aber in allen Punkten klar zu sehen, ist es nothwendig, die Personen, welche an kalten und Schweiß-Füßen leiden, genauer zu betrachten.

J. V. Brandau [23]), welcher gesunde und kranke Schweiß-Füßler unterscheidet, beschreibt unter anderem: „Ein solcher, übrigens gesunder Schweiß-Füßler, Ende der vierziger Jahre, fühlt, schon längst von vagem Rheumatismus geplagt, eine allgemeine Indisposition, ein Unbehagen ohne alle materiell nachweisbare Ursache; seine körperliche und geistige Leistungsfähigkeit nimmt ab; er altert vor der Zeit; er wird Rheumatismus, Katarrh und Schnupfen nicht los, und obgleich er schon lange durch gute Unterkleidrr sein „Privatklima“ bedeutend geschützt und vermehrt hat, ist er leichter denn je zu kalten Füßen bei leicht auftretendem allgemeinen Frostgefühl geneigt, wenn er nicht oder trotzdem er jetzt zwei- bis dreimal

Digitized by Google

täglich die feuchten Strümpfe wechselt. Das gute Essen und reichliche Trinken, besonders den Frühschoppen, kann er nicht mehr vertragen, und bei schon geringer Kälte, besonders bei naßkaltem, windigen Wetter, bekundet die roth-bläulich angehauchte Gesichtsfarbe mit rother Nasenspitze diesen, wie ich ihn nennen möchte, hyperämischen Schweiß-Füßler, wie andererseits bei dem anämischen Schweiß-Füßler die welke, grauliche Gesichtsfarbe mit blassen Lippen und stark entwickelter Nasenlippenfalte das chronische Deficit an Wärme; die Widerstandsfähigkeit eines solchen, im Uebrigen gesunden Organismus ist geschwächt."

Und weiter entwickelt Brandau: „Ganz anders aber ist das Bild und sind die Folgen, wenn das Schweiß-Fuß-Leiden in der Kindheit schon im vierten oder fünften Lebensjahre auftritt . . . Die kleinen Patienten leiden regelmäßig an chronischer Nasen- und Kehlkopfsentzündung, sei es, daß diese durch das Fuß-Schweiß-Uebel selbst oder durch irgend eine andere Schädlichkeit entstanden ist, jedenfalls aber durch erstere chronisch erhalten wird." Und bemerkt in Bezug auf die hieraus erwachsenden schlimmen Folgen: „daß, abgesehen von den örtlichen Nachtheilen, die mit der Zeit eintretende oberflächliche Athmung eine mangelhafte Bildung des Brustkorbes und ungenügende Erneuerung des Blutes bedingt; häufiges Nasenbluten und öftere Anfälle von Bräune, falschem Croup, Entzündung der Luftröhre u. s. w., schwächen den zarten Körper oft trotz der besten Pflege immer mehr, hindern ihn in seiner Entwicklung, und widerstandslos fällt der blasse Liebling nach und nach der Tuberkulose oder der ersten besten ernsten Krankheit zum Opfer."

Es sei gestattet, hierüber zu denken.

Zunächst kann ich nicht glauben, daß Jemand, der an kalten und Schweiß-Füßen leidet, im Uebrigen gesund sei. Das genannte Uebel beschränkt sich keineswegs auf die Oertlichkeit, sondern ist constitutionellen Ursprungs. Schon der physiognomische Ausdruck, wie er oben geschildert wurde, giebt dafür unverwerfliche Zeugen-

Digitized by Google

schaft. Kein ausschließlich örtliches Leiden drückt durch die Physiognomie sich aus; verursacht dasselbe Schmerz, so spiegelt dieser letztere auf dem Gesicht sich ab, nicht das locale Leiden. Einen besonderen krankhaften Ausdruck verleiht den Gesichtszügen nur ein den ganzen Organismus betreffendes Uebel.

Es kann demnach kein Kalt- und Schweiß-Füßler gesund sein; denn sein Fußübel ist Erscheinung eines allgemeinen Leidens, welches in den Füßen sich verörtlicht. Und das örtliche Uebel verschwindet nicht bei blos localer Behandlung, sondern nur, wenn dieser eine durchgreifende allgemeine hygieinische Behandlung parallel läuft.

Gesunde Kinder leiden weder an kalten und Schweiß-Füßen, noch an chronischer Nasen-, Ohren-, Rachen-, Kehlkopfsentzündung, sondern bleiben, bei halbwegs guter Pflege, von allen diesen Uebeln verschont. Treten bei gebrechlichen Kindern kalte und Schweiß-Füße ein, so fördern dieselben mächtig alle die genannten Krankheiten der Schleimhäute und beanlagen zu Diphtheritis und anderen epidemischen Leiden in sehr verhängnißvollem Grade.

Jedes Kind, welches an chronisch kalten und Schweiß-Füßen krankt, ist mehr oder weniger gebrechlich und muß, um vor lebensgefährlichen Leiden bewahrt zu bleiben, durchgreifend hygieinisch behandelt werden. Daran gebricht es aber in der größten Mehrzahl der Fälle, und die armen Kleinen werden arzneilich behandelt und hygieinisch mißhandelt in — dunklen, dumpfen, feuchten, kalten oder überheizten Zimmern der „Etagen", mit Ueberanstrengung des Geistes, mit gesundheits-widriger Nahrung, falscher Bekleidung u. s. w. u. s. w. Eine gänzlich verkehrte Sparsamkeit entzieht den Kindern den Zucker und giebt ihnen bitteren Kaffee, Thee, ja gegohrene, selbst destillirte Getränke und gesundheitswidrige Speisen. Dazu Ausschluß aus dem Walde, Mangel an Sonnenlicht, schlecht construirte und schlecht beschaffene Fußbekleidung, Mangel an Hautpflege u. s. w.

Wenn also der Kalt- und Schweiß-Füßler ein gebrechlicher, ein krankhafter Mensch ist, so wird ein Leben, welches den Normen

Digitized by Google

der Hygieine und Moral zuwider läuft, sein höchst unangenehmes Leiden entschieden vermehren, die Anlage dazu, im Falle das letztere noch nicht erschienen, ausbilden und die Krankheit hervorrufen.

Es wurde oben auf den verhängnißvollen Einfluß der gegohrenen und destillirten Getränke hingewiesen, aber auch des Genusses von Thee gedacht. Ich frage ernstlich, fördert Theetrinken mit Maaß und Ziel an sich wirklich kalte und Schweiß-Füße? Und ich möchte darauf also antworten: es kommt darauf an, wer Thee trinkt, und was der Theetrinkende ißt, was er treibt und wie er im Ganzen sich pflegt. Wer ungenügend Nahrung aufnimmt, Thee ohne Zucker und übermäßig genießt, um das Gefühl ungenügender Sättigung zu betäuben, wird ungleich mehr zu allgemeiner und örtlicher Schweißbildung geneigt sein, wie Jemand, der Thee mit Zucker und genügenden Mengen nährkräftiger Nahrung mit Maaß und Ziel aufnimmt. Die armen Näherinnen trinken viel Thee, weil sie ungenügend essen und darum mehr oder minder bedeutend frieren. Und sie frieren auch, weil sie schlecht wohnen, schlecht schlafen, mangelhaft sich bekleiden. Und weil sie, bei solcher gesundheitswidrigen Lebensart und solchem Darben, viel und verfälschten Thee trinken, wird ihr Kalt- und Schweiß-Fuß-Uebel sehr bedeutend erhöht.

Dies scheint mir der Zusammenhang von Thee und Schweißfuß-Uebel zu sein.

In noch weit höherem Maaße, als durch verfälschten Thee und Surrogat-Kaffee, aufgenommen unter den genannten Bedingungen, wird das Leiden durch Gebrauch und Mißbrauch alkoholischer Getränke, insbesondere der verfälschten, gefördert. Desgleichen durch Gebrauch und Mißbrauch des Tabak, wie aller ähnlichen narkotischen Mittel. Alkohole und Tabak-Gifte setzen die Mischung des Blutes herab und hemmen die Innervation, wirken also, um es mit einem Worte auszudrücken, geradezu schwächend. Und da jede örtliche Schweißbildung krankhafter Art Schwächezustände ner-

Digitized by Google

vöser Centralorgane zur Grundlage hat, so müssen Alkohole und Tabaks-Gifte derartige Schweißzustände wesentlich begünstigen.

Es rauchen die Türken sehr viel Tabak, trinken sehr viel starken Kaffee, und leiden doch nicht an kalten und Schweiß-Füßen. Der türkische Tabak ist milde, wohlriechend, fast frei von Nicotin, und wird niemals in dicht verschlossenen Räumen, sondern fast ausschließlich im Freien geraucht. Der türkische Kaffee ist rein, von bester Art, und wird nicht genossen, um das Gefühl des Hungers zu betäuben. Der Türke selbst gehört einer kerngesunden Rasse an, wohnt nicht in „Etagen", betrügt nicht seinen Magen und ist weder ein Schlemmer, noch ein Sclave des Arbeits- und Fabrikelends, preßt endlich seine Füße nicht in moderne Zwangs-stiefel aus scheußlichem Material.

Friedrich Wilhelm Oppenheim [24]) sagt von den Türken: „Eine unverhältnißmäßige Kleinheit des Fußes wird bei ihnen so wenig für Schönheit gehalten, daß im Gegentheil jedermann Schuhe trägt, die viel größer sind, als seine Füße. Sie haben dafür den Vortheil, sich den freien Gebrauch der Zehen ihr ganzes Leben hindurch zu erhalten. . . Sie hassen überhaupt alle Fesseln, die wir aus Gewohnheit tragen und die unsere Glieder an der freien Bewegung hindern. Daher bekommen alle ihre Gliedmaßen die schöne natürliche Form der zarten Wellenlinien". . . Und A. Brayer [25]) bemerkt: „Niemals drücken enge Schuhe den Fuß und zwar weder bei Männern, noch bei Frauen. Man kennt nicht die Albernheit eines künstlich verkleinerten Fußes, demnach auch nicht alle die Mißgestaltungen und Leiden, welche die dumme Eitelkeit der Europäer herauf beschwört. Niemand schämt sich nackter Füße." Diese Aussprüche werden meinen obigen Bemerkungen als Stütze dienen.

Aus dem Bisherigen dürfte sich ergeben, wie das Leiden der kalten und Schweiß-Füße in falschen Civilisationen sich entwickelt, und andererseits wie es kommt, daß dasselbe immermehr zunimmt je höher die Häuser, je schlechter die Nahrungs- und Genußmittel,

Digitized by Google

je tyrannischer die Kleidermoden und je gesundheitswidriger die Lebensgewohnheiten werden.

Kartoffelschalen und Fuselbranntwein auf der einen, üppige Fresserei und Säuferei auf der andern Seite, Ausschweifungen und Sünden aller und jeder Art bei Proletariern und Capitalisten: unter solchen Umständen kann es mit der Gebrechlichkeit überhaupt, und in unserm Fall mit den kalten und Schweiß-Füßen, nicht besser werden. Alle dagegen gebrauchten Mittel sind nur Palliativmittel. So lange der Mensch nicht sich selbst wiederfindet, nicht naturgemäß lebt, nicht mit der Natur täglich verkehrt, nicht von seinen scheußlichen Gewohnheiten abläßt, nicht aufhört, mit Zorn und Eifer seinen Leib zu schädigen und seine Seele zu verderben, so lange hat er keine Aussicht auf bessere Zustände.

Ungemein viel zu allem Bösen trägt die allgemein verbreitete Luft- und Wasserscheu, sowie die vorgefaßte Meinung bei, daß Fleischnahrung Kraft gebe und geistige Getränke Erquickung, Tabak und Wirthshaus nöthig seien.

Digitized by Google

Der Zusammenhang der kalten und Schweiß-Füße mit Krankheiten.

Gleichwie kalte und Schweiß-Füße Ausdruck eines den ganzen Organismus angehenden Krankheitszustandes sind, so werden sie durch ihr Bestehen zum Anlaß von Krankheit und Siechthum, und zwar, je nach äußeren und inneren Verhältnissen, in mehr oder minder bedeutendem Maaße. Nicht selten zieht das Leiden so schwere Folgen nach sich, daß das Leben verkürzt und in allen seinen Theilen unglücklich gestaltet wird. Wir haben also mit einem Uebel es zu thun, welches die größte Aufmerksamkeit des Arztes und Menschenfreundes herausfordert und für jedes Oberhaupt der Familie Gegenstand ernster Sorge und Erwägung ausmachen sollte.

Nichts bedenklicher und gefährlicher, als Vernachlässigung des Uebels, und zwar in um so höherem Grade, je gebrechlicher das Individuum und je bedeutender die Schädlichkeiten sind, von denen dasselbe in seiner Lebensart uud Beschäftigungsweise getroffen wird.

In der Klinik der Universität Halle wurden hundert Personen geprüft, von denen fünzig an Fuß-Schweiß litten, fünfzig von dem Uebel frei waren. Carl Spener [26]), der diese Untersuchungen vornahm, gelangte zu folgenden Ergebnissen. Von fünfzig mit Fuß-Schweiß behafteten Persönlichkeiten litten 38 an Katarrh des Rachens, von fünfzig mit normalen Füßen nur dreizehn; also dort sechsundsiebenzig, hier nur zwanzig Procent. Nasenkatarrh war das

Digitized by Google

Leiden von sechsunddreißig Procent Schweiß-Füßlern und nur dreizehn Procent Normal-Füßlern. An Kehlkopfs- und Luftröhrenentzündung krankten je sechs Procent Schweiß-Füßler und und gar keine, beziehungsweise vier Procent Normal-Füßler. An chronischem Gelenk- und Muskelrheumatismus litten zehn Procent Schweiß- und nur vier Procent Normal-Füßler. — Jedenfalls verdienen diese Thatsachen, sehr ernsthaft gewürdigt zu werden.

Ich habe an mir selbst es oft wahr genommen, daß bei Stehen auf kalten Steinen in dem Maaße, in welchem die Füße kalt wurden, die Absonderung auf der Schleimhaut der Nase stockte und letztere so unwegsam wurde, daß die Athmung nur durch den Mund geschehen konnte. Und diese Art der Athmung ist sehr verderblich.

M. Bresgen [27]) studirte die Folgen behinderter Nasen-Athmung bei Kindern und konnte das Folgende wahrnehmen: Brustkorb und Lungen wurden in ihrer Entwicklung gehemmt. Dies veranlaßte Erhöhung der Krankheitsanlagen überhaupt, Vermehrung der Kränklichkeit und Schwächlichkeit insbesondere; denn Blutbildung und Ernährung seien gehindert. Wegen beständigen Druckes in der Gegend der Stirne und des Hinterhauptes seien die Kinder nicht aufmerksam, und zwar weder in der Schule noch zu Hause. Stockschnupfen erzeuge Flimmern vor den Augen, Kopfschmerz, trübe Seelenstimmung, mürrischen Charakter. Unter solchen Umständen blieben die Kinder geistig zurück. Nach Heilung des Stockschnupfens aber ändere sich alles zum Bessern: die Kinder würden geistig rege, machten Fortschritte und holten das Versäumte nach.

Weiter hebt Bresgen [28]) hervor, daß alle diejenigen, welche nicht oder nicht immer durch die Nase zu athmen vermögen, vorwiegend an Husten, Heiserkeit, Halsentzündungen, u. s. w., leiden und daß Familien, deren Mitglieder schwer durch die Nase athmen, fortschreitend widerstandsunkräftig werden, zu Diphtheritis, Tuberculose und anderen Leiden mehr beanlagt sind.

Der Zusammenhang des Kalt- und Schweiß-Fuß-Uebels mit allen diesen Affectionen liegt auf der Hand.

Digitized by Google

Ich glaube, die immer allgemeiner sich verbreitende Scrophelkrankheit bedinge jene Anlage zu Leiden der Schleimhaut sämmtlicher Athmungswerkzeuge, des Ohres, der Nase, des Rachens, welche den Geschlechtern der Gegenwart so sehr zum Verhängniß wird. Dazu kommt die Urquelle der Scrophulose: Syphilis und Mercurialismus in immer neuer Auflage, und vermehrt die bezeichnete Anlage.

Nun tritt das Uebel der Schweiß- und kalten Füße, durch die gesammte falsche Civilisation mächtigst gefördert, auf und bedingt einen fast ununterbrochenen Verlust an organischer Wärme. Thierischer Haushalt und Nervenkraft, die Factoren der Wärmebildung im Organismus, müssen für den Verlust aufkommen, und leiden. Dies ist verhängnißvoll für die Oertlichkeiten mit erhöhter Krankheitsanlage, in unserem Fall für die Schleimhäute der Athmungswerkzeuge, des Rachens, des Ohres, der Nase, verhängnißvoll für Gemüthsverfassung und geistiges Leben.

Durch Entfernung des Kalt- und Schweiß-Fuß-Uebels beseitigt man eine große Gefahr für Leben und Gesundheit; man vermindert die Anlage zu allen den bezeichneten Krankheiten, Gemüths- und Geisteszuständen, und baut vielen epidemischen Leiden vor. Kalte und Schweiß-Füße unterhalten Stockschnupfen, erzeugen denselben auch, wenn erhöhte Anlage vorhanden ist, und Stockschnupfen gehört zu den quälendsten und folgeschwersten Uebeln.

Und nun haben alle Leiden, welche auf Verstopfung der Nase, auf Behinderung der Nasenathmung hinwirken, genauere Beziehung zu dem mit Recht so gefürchteten Asthma. Somit steht das letztere auch mit kalten und Schweiß-Füßen in ursächlichem Zusammenhang.

Es hat auf diesen Punkt J. V. Brandau [29]) und kürzlich E. Schmiegelow [30]) Licht geworfen. Jener bekam einen Menschen in ärztliche Behandlung, welcher in hohem Grade an Fuß-Schweiß, chronischer Entzündung der Nasenschleimhaut und später auch an Asthma litt. Das Fuß-Schweiß-Uebel wurde (nach der weiter unten zu beschreibenden Methode) behandelt und vollkommen ge-

Digitized by Google

heilt; chronische Nervenentzündung und Asthma verschwanden, und der Patient erlangte seine Gesundheit wieder. In zwei anderen Fällen der gleichen Art das Nämliche.

Dazu bemerkt Brandau unter anderem: „Zunächst ist nun . . . auffällig die übereinstimmende Angabe der Patienten über die Eingenommenheit des Kopfes, oft verbunden mit Schmerz oder Schwindel, die Verworrenheit der Gedanken und Vorstellungen, . . . dabei die große körperliche Mattigkeit, Erscheinungen, welche schon lange vor dem ersten asthmatischen Anfalle bestanden, und besonders die Angabe, daß gewöhnlich die Anfälle nach länger anhaltender Durchkältung der Füße eintraten. Ich habe nun schon früher bemerkt, daß die chronische Nasen- und Rachenentzündung der fast beständige Begleiter oder die unmittelbare Folge des habituellen Schweiß-Fuß-Leidens sind, und kann aus einer schon ziemlich großen Erfahrung dem hinzu fügen, daß viele dergleichen Patienten über das nämliche Gefühl im Kopf klagen, dasselbe wohl ganz zutreffend mit dem bekannten Gefühl eines „Brummschädels", eines regelrechten „Katzenjammers" verglichen, ohne daß es indessen bei denselben jemals zu einem asthmatischen Anfall gekommen wäre . . . „Unter Hinweis auf die oft absolute Erfolglosigkeit selbst der besten und energischsten Behandlung der chronischen Nasenentzündung u. s. w., sowie des Asthmas selbst, gegenüber dem so plötzlichen Verschwinden desselben nach Heilung des Fuß-Schweiß-Uebels, ist der Gedanke wohl nicht so unbegründet, daß wir in diesen Fällen die eigentliche Ursache des Asthma nicht in der Nase, sondern in den Stiefeln, das heißt: in den durch die nassen Strümpfe fortwährend durchkalteten Füßen mit ihren secundären Folgen zu suchen haben, besonders, wenn durch umfassendere Beobachtungen es sich bestätigt, daß in der Regel der asthmatische Anfall, die Migräne u. s. w., nach einer stärkeren Erkältung der Füße eintritt, wobei andere Momente, sowie eine gewisse nervöse Beanlagung, wohl noch begünstigend mitwirken dürften . . . Nach und nach beginnt auch die Abschwellung der für Auslösung allerlei Reflexe sehr geeigneten

Digitized by Google

Naſenſchleimhaut, und bei dauernder Heilung der Schweiß-Füße und ſorgſamer Schonung iſt und bleibt das Aſthma verſchwunden."

Schmiegelow ſuchte das Verhältniß des Aſthma zu den krankhaften Zuſtänden der Naſe zu ermitteln, und kam zu folgenden Ergebniſſen: in fünfhundert und vierzehn Fällen von chroniſcher Naſenentzündung litten vierzig Individuen an Aſthma; in hundert neununddreißig Fällen von Naſenpolyp einunddreißig. Das Aſthma, aus chroniſcher Entzündung der Naſe entſprungen, ſcheint öfters bei Männern vorzukommen, als bei Frauen, und ebenſo das durch Polypen der Naſe bedingte. Verſchlimmere ſich der Zuſtand der Naſe, ſo käme auch wieder das Aſthma zum Vorſchein; verbeſſere ſich der Zuſtand der Naſe, ſo träte auch das Aſthma zurück. Schmiegelow betrachtet das Aſthma als eine bulbäre Neuroſe, welche Erregung des Nervencentrums der Athmung bedingt; dieſe Erregung könne durch beſondere Reizbarkeit der Naſe hervorgerufen werden."

Wenn wir dies alles zuſammenfaſſen, können wir ausſprechen, daß in der That Schweiß- und Kalt-Fuß-Leiden mit Aſthma urſächlich verbunden iſt, und daß ferner durch gründliche Heilung der kalten und Schweiß-Füße dem Aſthma entweder bedeutend Abbruch geſchieht oder dasſelbe ganz verſchwindet. Dies alles ſcheint aber, ſoweit das Aſthma nicht aus anderen Quellen entſpringt, durch das Mittel der Naſe vor ſich zu gehen: das Durchkälten der Füße bedingt durch Wärmeverluſt und Störungen in der Vertheilung des Blutes Abänderungen in den regulirenden Vorgängen des Nervencentra und in Folge deſſen Schwierigkeiten, ja Hemmung des Athmens durch die Naſe, wegen Anſchwellung der Schleimhaut und krankhaften Zuſtänden in den Drüſen der letzteren.

Es wird alſo eine nicht geringe Zahl von Aſthmafällen durch Heilung der kalten und Schweiß-Füße zu curiren ſein, indem das Uebel der Naſe geheilt wird, verſchwindet das Aſthma.

Wie entſetzliche und gefährliche Zuſtände Durchkältung der Füße auch bei ſolchen Perſönlichkeiten erwirken kann, welche nicht an Schweiß-Füßen leiden, habe ich an mir ſelbſt erfahren, als ich

Digitized by Google

im Frühjahr 1874 von Dänemark nach Deutschland reiste. Das Wetter war anfangs milde und heiter, wurde aber plötzlich feucht, sehr kalt und stürmisch. In ein anziehendes Gespräch mit einem Mitreisenden vertieft, blieb ich auf dem Verdeck und trotzte dem Wetter. Allmählig wurden meine Füße eiskalt und das schreckliche Gefühl der Durchkältung stieg bis zu den Knieen. Ich fühlte Druck in der Gegend des Herzens und gerieth in unbeschreiblich beängstigende, peinliche Nervosität. Mein grauenhafter Zustand war erst zu Ende, als ich, nach der Landung, einen Fußmarsch von zwei Meilen gemacht hatte.

Es ist keinem Zweifel unterworfen, daß zwischen den krankhaften Zuständen des Gehörorgans und kalten und Schweiß-Füßen Zusammenhang besteht, daß jene durch den Bestand der letzteren bei vorhandener Anlage hervorgerufen und, wenn sie bereits bestehen, oft genug auf das Beträchtlichste gesteigert werden. Heilung von kalten und Schweiß-Füßen bedeutet Heilung oder doch Besserung der Ohrenleiden, und diese wieder Besserung des ganzen Gemüths- und Geisteszustandes, ja vielfach der irdischen Glückseligkeit.

Giuseppe Gradenigo [31]) sagt: „Die Krankheiten des Ohres, ungemein häufig bei Kindern, üben verhängnißvollen Einfluß aus auf deren geistige Entwicklung.“ Und Anton von Tröltsch [32]) bemerkt: „Deshalb wird Schwerhörigkeit, in früher Jugend entstanden, um so mehr einen bleibenden Einfluß gewinnen auf die Gestaltung und Entwicklung des intelectuellen Seins, je weniger die Erziehung solchen Einwirkungen entgegen zu arbeiten im Stande war. Nicht allein, daß solche Kinder nur sehr schwer gewöhnt werden können, ihre Aufmerksamkeit zu concentriren, daß sie somit leicht unaufmerksam und flatterhaft bleiben: die mangelnde Schärfe der geistigen Anregungen, welche sich zumeist an das Gehör wenden, wird ein scharf gegliedertes Denken, ein geschlossenes Zusammenfassen der sinnlichen und geistigen Wahrnehmungen nur viel schwieriger ermöglichen. Menschen, welche von früher Jugend an schwerhörig sind, haben daher vorwiegend häufig in ihrem Wesen

Digitized by Google

etwas Verschwommenes und Unklares, sind unbestimmt und schwankend im Handeln, unlogisch und überschwenglich im Denken und Sprechen, breit und stets vom Wesentlichen abspringend im Antworten . . . So bei mäßigem Grade von Schwerhörigkeit; ist derselbe aber hoch, der Taubheit sich nähernd, so wird das Kind, welches die Sprache nicht hört, auch nie sprechen lernen, oder, wenn es bereits reden konnte, die Sprache wieder verlernen". . .

Und so ungemein viel dieser Ohrenleiden, aus welchen Schwerhörigkeit sich entwickelt, Taubheit entsteht, kommen auf dem Wege der Vererbung zu Stande, und zwar mehr der mittelbaren, als der unmittelbaren, das heißt: bilden sich aus Lues, Scropheln, u. s. w., der Erzeuger unter Einfluß ungünstiger Verhältnisse des Lebens, der Erziehung und Beschäftigung. Bei vorhandenen kalten und Schweiß-Füßen geht es mit der Ausbildung der Ohrenleiden rasch und gründlich.

Da nun so viele Menschen ererbt gebrechlich sind, ein gesundheitswidriges Dasein führen und an Schweiß-Füßen leiden, ist die Zahl der Ohrenkrankheiten eine sehr große und sind die Folgen derselben verhängnißvoll.

Gleich den bisher geschilderten Leiden dürfte auch die Gesammtheit der rheumatischen mit den kalten und Schweiß-Füßen zusammenhängen. Nicht daß Rheumatismus so sehr oft durch die Störungen erzeugt wird, welche das Fußübel in der Oekonomie der Wärme und Nervenkraft bedingt, vielmehr wird derselbe durch kalte und Schweiß-Füße geweckt, in allen Fällen jedoch kräftig unterhalten. Wie dergleichen geschieht, wäre für die Wissenschaft höchst nothwendig zu wissen, hat jedoch für die praktische Heilkunst wenig Belang; denn bei dieser kommt es weniger auf das Wie, sondern nur auf die Thatsache des Zusammenhanges hinaus.

In Betreff der an Rheumatismus leidenden Erdensöhne äußert sich J. V. Brandau [33]): „Jedenfalls braucht ein Rheumatiker in höheren Jahren, trotz Wiesbaden, Teplitz u. s. w., nicht daran zu denken, sein Leiden gründlich los zu werden, so lange er nicht

Digitized by Google

von seinem Fußschweiß befreit. Es ist scheint fast, als habe durch den chronischen Wärmeverlust der Organismus nach und nach die Fähigkeit verloren, die Producte der rückschreitenden Umwandlung der Stoffe bis zu der Oxydationsstufe des Harnstoffs zu bringen, da dieselben als Harnsäure und deren Salze sehr häufig und oft schon Jahre lang vor einer Erkrankung im Urin ausgeschieden werden . . . Auf Grund eigener Beobachtung an mir selbst kann ich versichern, daß die harnsauren Niederschläge in meinem Urin nach Heilung meines Fußschweißes alsbald verschwunden sind und nur ab und zu nach einem sehr anstrengendem Fußmarsch, besonders in Verbindung mit reichlichem Genuß von Bier, Morgens im Urin sich einmal haben wieder sehen lassen". —

Es sind die Leiden des Rheumatismus über die ganze Menschheit verbreitet und hängen überall mit Störungen in dem Haushalt der Wärme zusammmen. Was solche veranlaßt, trägt zur Erzeugung rheumatischer Beschwerden bei. Weil nun kalte und Schweiß-Füße solche Störungen ununterbrochen setzen, begünstigen sich auch Rheumatismus, und weil mit Aufhebung des Kalt- und Schweißfuß-Uebels der krankhafte Abfluß von Wärme zu Ende ist, ist in so vielen Fällen auch der Rheumatismus zu Ende.

Wir entnehmen aber aus den obigen Erfahrungen, daß nach Heilung des Kalt- und Schweiß-Fußleidens rheumatische Störungen nur dann nicht wieder zum Vorschein kommen, wenn die gesammte Lebensweise mit den Normen der Gesundheitspflege übereinstimmt.

Nachdem August Hirsch [34]) sehr reichlich Material beigebracht, entwickelt er unter anderem: „Mit allen diesen Thatsachen wird die tägliche Erfahrung von dem Einfluß plötzlicher Temperaturwechsel auf die Entstehung von chronischem Gelenk- und Muskelrheumatismus nicht entkräftet; gerade die Beobachtungen, welche in den verschiedensten Gegenden der Tropen, in Indien, Cochinchina, Kabylien, Süd-Africa, auf der Westküste von Africa und anderer Orts über das vorzugsweise häufige Auftreten der Krankheit, zumal während der heißen Jahreszeit, bei Individuen

Digitized by Google

gemacht worden sind, welche ihre Nachtlager im Freien auf feuchtem Boden suchten, bestätigen diese Erfahrung.“ —

Wenn also Menschen, welche Temperaturwechseln unterworfen und darauf angewiesen sind, kalten und feuchten Erdboden als Nachtlager zu benutzen, stark von Rheumatismus befallen werden, so muß, unter Voraussetzung einer gewissen Anlage, das Gleiche erfolgen, wenn Individuen durch kalte und Schweiß-Füße fast ununterbrochen einen großen Verlust von organischer Wärme erfahren. Es sind demnach die Beziehungen zwischen Rheumatismus und kalten und Schweiß-Füßen verständlich.

Der Annahme Maclagan's [35]) zufolge ist die eigentliche Ursache des Rheumatismus eine organisirte äußere Schädlichkeit, vergleichbar der Malaria; das Gift ist ihm ein von außen gekommener Organismus, und kein in der Wirthschaft des Leibes gestaltetes Princip. Sowie Chinin zerstörende Wirkung ausübe auf das Gift der Malaria, so zerstöre Salicylsäure die Mikro-Organismen des Rheumatismusgiftes. — Phantasie! Wechselfieber wird am besten durch Diät und Sympathie geheilt, und Rheumatismus durch Diät und Bewahrung der organischen Wärme, in Fällen von Schweiß-Fuß, indem man dieses Uebel beseitigt.

Es wird demnach Rheumatismus nicht mit Malaria zu vergleichen, nicht mit den Zubereitungen der Weidenrinde zu heilen sein, sondern es wird schon dabei bleiben, daß Rheumatismus aus Störungen in dem Haushalt der organischen Wärme sich entwickelt und durch Aufhebung dieser Störungen geheilt wird. Aus diesem Grunde sehen wir die Kur der kalten und Schweiß-Füße mit der Heilung des Rheumatismus so oft zusammenfallen.

Möglicherweise, daß noch die alte Theorie von Eisenmann [36]) mit dieser oder jener kleinen Abänderung zur Geltung kommt. Nach derselben stehen die Dinge also: „Die Erkältung wirkt zunächst auf die peripherischen Nerven; sie bringt nicht in diesen eine dauernde krankhafte Veränderung hervor, sondern der Stoß wird auf den Gehirn-Rückenmarks-Strang übergeworfen; der reflectirte An-

Digitized by Google

stoß verbreitet sich oder zittert durch das ganze Rückenmark und haftet in den Rückenmarks-Nervenwurzeln des am meisten zum Erkranken beanlagten Organs". Und Eisenmann hebt das plötzliche Auftreten des Rheumatismus nach heftigen Erkältungen als beweisend hervor. —

In der That sind auch Durchkältungen schweißkranker Füße Erwecker rheumatischer Leiden.

Durchkältung der Füße bei Personen, welche an Fuß-Schweiß kranken, läßt auch noch andere, als die bisher genannten Uebel zum Vorschein kommen. In diesem Punkte konnte J. V. Brandau [37]) reichlich Erfahrung sammeln. Derselbe bemerkt unter anderem: „Ich habe öfters beobachtet, daß besonders bei weiblichen Schweiß-Füßlern der gefürchtete Migräne-Anfall regelmäßig die Folge einer gründlichen Durchkältung der Füße war. . . Ja es ist mir bei einer Patientin öfters gelungen, wenn der Kältereiz nicht zu lange und nicht zu energisch eingewirkt hatte, den beginnenden Anfall durch ein bis über die Waden reichendes warmes Fußbad von 28 bis 40 Grad Celsius abzuschneiden."

Außerdem gedenkt Brandau des Zusammenhangs der kalten und Schweiß-Füße mit Katarrh der Schleimhaut des Magens und der Aeste der Luftröhre. Daß Durchkältung schweißiger Füße gerade zu Katarrh des Magens leitet, wäre auf den ersten Blick nicht leicht zu erklären; doch Brandau giebt den Schlüssel uns in die Hand, indem er ausspricht: „Dies ist besonders der Fall, wenn die kleinen und großen Patienten mit der Zeit die widerwärtige Gewohnheit annehmen, den in Folge der chronischen Nasen- und Rachenentzündung, den beständigen Begleitern des Schweißfuß-leidens, oft massenhaft abgesonderten Schleim einfach hinab zu schlucken, da der Schleim im Magen einem Ferment ähnlich wirkt und die Verdauung stört." Und endlich hebt der genannte Arzt hervor, daß Chlorose und Anämie zu kalten und Schweiß-Füßen in genauerem Verhältniß stehen. —

In Betreff des letzten Punktes genügt schon der bedeutende

Digitized by Google

Verlust von Wärme durch die chronisch kalten Füße, um Anämie und Chlorose mächtig zu fördern; denn diese Leiden nehmen, abgesehen von seelischen Beziehungen, aus Störungen des Stoff- und Wärmehaushaltes den Ursprung. Es wird also Heilung des Schweiß-Fuß-Uebels auch der Chlorose und Anämie Abbruch thun und möglicher Weise diese Gebrechen tilgen.

Bei der Migräne kommt der Verlust großer Mengen von Wärme sehr in Betrachtung. Wenn dadurch die Erscheinungen des Leidens ausgelöst werden, so müssen kalte und Schweiß-Füße in hohem Grade das letztere begünstigen. Verlust von Wärme steht in sehr verhängnißvoller Beziehung zum Nerven- und Seelenleben, und dieses wieder zur Migräne.

Wenn die Migräne auf dem Boden ererbter Syphilis empor wuchs, sind Wärmeverluste, wie Durchkältung der Schweiß-Füße solche bedingen, noch viel verhängnißvoller und vermögen es, die Krankheit zum Schlimmern zu gestalten; denn dieselbe ist in solchem Fall noch weit tiefer greifend, also auf nicht syphilitischer Grundlage, und das leidende Individuum sehr widerstandsunkräftig.

Verdauung und Schweiß-Fuß-Uebel haben keinen unmittelbaren Zusammenhang, und der oben bezeichnete beschränkt sich jedenfalls nur auf eine geringe Zahl von Fällen. Dagegen dürfte anzunehmen sein, daß Schweiß-Füßler, die ihr Fußleiden nur allzu oft durch Ausschreitungen im Genusse der Sinnlichkeit fördern, beziehungsweise hervorrufen, durch ihre Schlemmerei und Ueppigkeit den Verdauungsorganen Schaden zufügen und gleichzeitig die Füße durchkälten. Der dadurch bedingte Verlust an organischer Wärme muß natürlich auch den Magen und Darm benachtheiligen, weil diese durch die Ausschreitungen in einem Zustand erhöhter Krankheitsanlage sich befinden.

Es müßte seitens der praktischen Aerzte das Verhältniß der kalten und Schweiß-Füße zu den Herzleiden genau erforscht werden; denn bei jeder Durchkältung der Füße findet schon aus rein mechanischen Gründen erhöhter Andrang des Blutes nach dem Herzen

Digitized by Google

ſtatt. Andererſeits hat die Thätigkeit des Organismus, den durch das Uebel der Schweiß-Füße bedingten Verluſt der Wärme auszugleichen, erhöhte Arbeit des Herzens zur Folge.

Demnach ſind ſo Verhältniſſe gegeben, unter deren Einfluß Krankheitsanlagen, welche das Herz betreffen, zur Entwickelung gelangen; es müſſen alſo kalte und Schweiß-Füße die Begünſtiger von Herzkrankheiten ſein.

P. F. da Coſta Alvarenga[38]) ſagt: „Damit die Vertheilung des Blutes in einem Organ oder Gewebe, in der Haut zum Beiſpiel, regelmäßig erfolge, iſt es nothwendig, daß das normale Gleichgewicht zwiſchen dem Zufluß des arteriellen Blutes und dem Abfluß des venöſen aufrecht erhalten werde. In allen Fällen, in welchen das Gleichgewicht geſtört wird, beſteht ein krankhafter Zuſtand. Vermehrt ſich der Zufluß arteriellen Blutes und der Abfluß des venöſen bleibt derſelbe; oder es vermindert ſich dieſer, während der Zufluß arteriellen Blutes der nämliche bleibt; oder dieſe beiden Verhältniſſe treten gleichzeitig ein; — ſo kommt es früher oder ſpäter mit Nothwendigkeit zu Blutüberfüllung“. . .

Aus dieſer Entwicklung geht deutlich hervor, daß das Uebel der kalten und Schweiß-Füße mit der Thätigkeit des Herzens genauer zuſammenhängt, auf dieſelbe ſehr beſtimmten Einfluß ausübt und mittelbar zu Entſtehung von Herzkrankheiten aus vorhandenen Anlagen, wie auf der anderen Seite wieder zu Förderung bereits vorhandener, beiträgt, beitragen muß. Es iſt alſo von vorne herein klar, daß glückliche Beſeitigung des Fußübels bei Verhütung, Beſſerung, Heilung von Herzkrankheiten nicht unweſentlich in Betrachtung kommen werde.

Digitized by Google

Verhütung und Heilung.

Können kalte und Schweiß-Füße mit Erfolg behandelt werden? Ist das Leiden verhütbar? Darf man dasselbe gründlich heilen, ohne den Organismus in Gefahr zu stürzen?

Auf alle diese Fragen ist mit Ja zu antworten. Aus dem in den vorhergehenden Zeilen Entwickelten geht aber deutlich die Nothwendigkeit hervor, das Uebel zu heilen, ganz besonders jedoch zu verhüten. Wir haben Gelegenheit genommen, auf den großen Schaden hinzuweisen, den dasselbe dem Einzelnen und damit auch dem gesellschaftlichen Dasein zufügt; wir konnten erkennen, daß das Leiden geradezu das Glück des Lebens zu bedrohen, zu erschüttern im Stande ist, Ehegatten entfremdet, Freundschaft verdirbt, und den damit Behafteten im geselligen Kreise unmöglich macht. Die körperlichen Uebel, welche aus kalten und Schweiß-Füßen hervor gehen oder dadurch begünstigt werden, sind so bedeutend und nehmen so großen Einfluß auf Gemüth und Geist, daß schon darum ernste Gedanken an Verhütung und Heilung in hohem Grade sich rechtfertigen.

Das weibliche Geschlecht wird im Fortschritt jener falschen Civilisation, deren Factoren Elend auf der einen, Ueppigkeit auf der anderen Seite sind, immer reicher an Störungen des Fortpflanzungslebens: dasselbe wird zunehmend abnorm, und diese krankhaften Verhältnisse spiegeln im Leben und Schicksal der nachfolgenden

Digitized by Google

Generationen sich ab. Daß nun solche geradezu verhängnißvolle Zustände durch kalte und Schweiß-Füße mächtig gesteigert werden, bedarf nach dem Vorhergegangenen keiner Versicherung.

Keinem Kundigen entgeht die Thatsache der Abhängigkeit des Schicksals und Lebensglückes der Frau und der ganzen Familie von den Zuständen der Fortpflanzungsorgane bei jener. Wirken nun kalte und Schweiß-Füße verschlechternd auf alle Vorgänge in diesen Organen, so werden Verhütung und Heilung dringend geboten sein.

Dasselbe müssen wir betonen, wenn wir Kenntniß nehmen nehmen von den Leiden, welche in dem Gebiete des Geistigen durch das Unwegsamsein der Nase bedingt werden und in großer Ausdehnung vorkommen. Guye [39]) hat unter dem Namen Aprosexie (Unachtsamkeit) jene geistige Störung beschrieben, welche darin besteht, daß das Individuum außer Stand ist, seine Aufmerksamkeit auf einen bestimmten Gegenstand zu befestigen. Es handle sich hier von Ermüdung des Gehirns, veranlaßt durch fehlerhafte Athmung in Folge eines Nasenleidens. Eine gewisse Zahl von Fällen geistiger Ueberlastung habe keinen anderen Ursprung. Und R. Hingston [40]) erklärt dies, indem er annimmt, es seien die das Gehirn mit der Nasenhöhle verbindenden lymphatischen Gefäße durch die Entzündung der Nasenschleimhaut verstopft; unter anderen Erscheinungen finde man moralische Niederdrückung mit der Empfindung einer oft genug sehr intensiven Hinfälligkeit, Abnahme der Leibeswärme und Verlangsamung des Pulses. — Es sind dies sehr bedeutungsvolle und folgenschwere Erscheinungen.

Und forscht man genauer, so findet man leicht Zusammenhang derselben mit kalten und Schweiß-Füßen. Dauert der Zustand der Nase an, so bleibt es bei jenen Gehirn- und Seelenzuständen, welche besonders Kindern den größten Nachtheil für das Leben in der Jugend und später bringen. Der Zustand der Nase wird, auf Grund vorhandener Anlage, hervorgerufen oder unterhalten auch durch kalte und Schweiß-Füße, oder nur allein dadurch.

Digitized by Google

Es ist also im höchsten Grade nothwendig, dieses Uebel zu heilen und, noch besser, zu verhüten.

Wir haben oben die Frage der Verhütbarkeit und Heilbarkeit mit Ja beantwortet. Nicht theoretische Gründe haben diese Antwort bestimmt, sondern ausschließlich die Erfahrung.

Durch lange Reihen von Jahrhunderten zieht einem Bandwurm gleich sich der Aberglaube, daß man habituelle Schweiße und sonstige Absonderungen nicht unterdrücken dürfe; man betrachtete dieselben als nothwendig und ableitend, indem man annahm, es würden dadurch Krankheitsmaterien ausgeschieden. Selbst in den letzten Jahren erhoben sich Stimmen zu Gunsten der Erhaltung dieser Aussonderungen, und besonders der Fußschweiße, und machten mit Nachdruck auf die Gefahren der Unterdrückung aufmerksam.

Allerdings wäre Unterdrückung ohne weiteres voll von Gefahren; allein, vernünftige Heilung läuft parallel mit einem gesammthygieinischen Verhalten, welches den Gefahren vorbeugt. Es macht somit einen großen Unterschied aus, ob ein Uebel blos örtlich curirt und vertrieben, oder ob dasselbe gesammthygieinisch behandelt und zugleich in genauester Uebereinstimmung mit diesem Verfahren örtlich gebessert wird. Die ganz irrige Auffassung, wonach die Leiden localer Natur seien, und nicht Ausdruck von Zuständen des ganzen Organismus, gab einer Localtherapie das Leben, welche mit Quacksalberei vollkommen sich deckt.

Wenn bei Heilung solcher gewohnten Aussonderungen der ganze Organismus zugleich in das Auge gefaßt und in normale Zustände versetzt wird, bedarf er kritischer Aussonderungen nicht mehr, und sein Barometer steigt viel höher, wenn derartige Ausscheidungen gar nicht bestehen; denn dieselben sind Vermittler von Wärme- und Kraftverlust, schädigen somit die Chemie der Stoffe und die Wirthschaft der Kräfte.

Es kann kein vernünftiges Kurverfahren ohne strenge gesammthygieinische Lebensweise gedacht werden. Solche vermindert mit Gewißheit die Anlage zu dem betreffenden Leiden und macht den

Digitized by Google

größten Theil der Gelegenheitsursachen wirkungslos. Wird das hygieinische Verhalten zu einem positiven Heilverfahren ausgestaltet, so werden die Veranlassungen jener krankhaften Zustände getroffen und beseitigt, welche als Quellen des Kalt- und Schweiß-Fuß-Leidens zu betrachten sind. Die örtliche Behandlung ist sodann nur noch die nothwendige Vervollständigung des ganzen Heilverfahrens.

Hätte man aber nur örtlich kurirt und die hygieinsche Therapie und gesammte Gesundheitspflege des Organismus unterlassen, so wäre das gewohnte Schweiß-Uebel plötzlich unterdrückt und Ursache mehr oder minder schweren Leidens geworden.

Es wurde erwähnt, daß selbst in neuester Zeit Aerzte auftraten, welche vor Heilung des gewohnten Fuß-Schweißes warnen, und zwar nicht blos mündlich, was in der Praxis so häufig vorkommt, sondern auch durch die Schrift. Unter anderem wird da geltend gemacht, daß der Fuß-Schweiß etwas Kritisches und sozusagen Nothwendiges sei und darum gar nicht geheilt werden dürfe, sondern gepflegt werden müsse. Die mancherlei diätetischen Vorkehrungen, welche zu diesem Ende empfohlen wurden, sind immerhin sehr beachtenswerth, und ihre sorgfältige Ausführung hat zur Folge, daß der habituelle Schweiß viel von seinen unangenehmen, belästigenden Eigenschaften verliert.

Allein, dies kann noch nicht genügen; eine widerliche Schweiß-Plage das ganze Leben hindurch mit sich umher schleppen, ist eine harte Aufgabe, und schon geringe Durchkältung der Füße hat, so lange das Uebel dauert, schlimme Folgen, die zuweilen gefährlich werden. Es entsteht die Frage, ob auch rasche Heilung mehr Gefahr bringt, als das andauernde Fußleiden, und wir glauben, hier antworten zu sollen, daß jene nicht gefährlicher sei, als Durchkältung schweißiger Füße. Dagegen ist gute und allgemein hygieinisch begründete Kur niemals und nirgends bedenklich, sondern entschieden nutzbringend. Und dies zeugt gegen alle Einwände, die wider die radicale Behandlung des Uebels gemacht werden.

Digitized by Google

Nach den Mittheilungen Monfalcon's[41]) hielt Lobstein, welcher im Jahre 1815 seine Erfahrungen veröffentlichte, das Fuß-Schweiß-Uebel für ansteckend und glaubte, daß dasselbe durch Schuhe und Strümpfe, die von Schweiß-Fuß-Kranken gebraucht wurden, auf bis dahin gesunde Personen übertragen werde; auch hielt er das Leiden für erblich übertragbar.

„Diese Unterdrückung des Fuß-Schweißes," sagt Monfalcon, „kann verhängnißvoll werden, nicht allein den Individuen, bei welchen derselbe massenhaft ist, sondern auch denen, bei welchen die Fuß-Transpiration wenig bedeutend ist und fast ohne üblen Geruch stattfindet. Die gewöhnliche Ursache dieser Unterdrückung ist die unvernünftige Anwendung zusammenziehender Stoffe auf die Schweiß-Füße . . . Eine große Zahl von Krankheiten ist die Folge, die Wirkung der Unterdrückung der Transpiration der Füße; die gewöhnlichsten sind Verlust des Gesichts oder Gehörs, Verstopfung der Nase, Zahnschmerz, Stimmlosigkeit, Fußgeschwüre, Ausfall einiger Zähne, Zahnfisteln, Durchfall, Lungenschwindsucht, Neurosen, mancherlei Entzündungen der Haut." Nach Lobstein hat die Unterdrückung des Fuß-Schweißes öfters starkes Asthma, schwere Leiden der Verdauungsorgane, Lungenschwindsucht, heftige Kopfschmerzen zur Folge.

„Die Transpiration der Füße," bemerkt Monfalcon, „ist oft genug kritisch: bald bringt sie große Erleichterung im Verlaufe schwerer Krankheit, bald heilt sie radical. Krügelstein hält dafür, daß die Ausdünstung der Füße nur dann diesen glücklichen Erfolg habe, wenn sie stinkt, und seine Meinung wird durch die Beobachtungen von Lentin bestärkt."

Dies alles klingt theilweise merkwürdig.

Erinnern wir uns aus früheren Zeilen des Verhältnisses der Durchkältung schweißiger Füße zur Nase, und erfahren wir jetzt, daß Unterdrückung der Transpiration der Füße dasselbe erzeugt, nämlich Katarrh der Nasenschleimhaut und dessen Folgen, so erkennen wir nicht blos die genaueren mittelbaren Beziehungen zwischen

Digitized by Google

den Füßen und der Nase, sondern werden auch auf einen anderen Punkt hingeleitet, der von großer Bedeutung ist. Es macht nämlich einen großen Unterschied aus, ob das Leiden des krankhaften Fuß-Schweißes geheilt, oder die normale Ausdünstung der Haut der Füße unterdrückt wird. Wie schon hervorgehoben, ist das erstere, wenn im Geiste umfassender Hygieine ausgeführt, ein Vortheil, während das letztere, weil im Geiste ächter Curpfuscherei ausgeführt, zum größten Nachtheil wird.

In der ganzen Literatur begegnet uns Verwechslung der beiden Thatsachen: Heilung des krankhaften Schwitzens und Unterdrückung der normalen Ausdünstung. Und woher diese Verwechslung? Vom Mangel an Hygieine! Bei jeder nach den Normen einer umfassenden Hygieine erfolgenden Behandlung und Heilung wird nur der krankhafte Schweiß entfernt, dagegen die normale Ausdünstung sorgfältig erhalten. Diejenigen Curmethoden aber, welche die letztere unterdrücken, indem sie unpassende Arzneimittel örtlich anwenden und die Grundsätze der Hygieine außer Acht lassen, helfen alle jene Krankheiten fördern, auf welche oben hingewiesen wurde. Es ist also unter allen Umständen gewiß, daß Fuß-Schweiß und chronisch kalte Füße in derselben Weise krankmachend wirken, wie gänzliche Unterdrückung der normalen Transspiration der Haut der Füße.

Zur Verhütung des Kalt- und Schweiß-Fuß-Leidens gehört nichts mehr und nichts weniger, als umfassende Gesundheitspflege, und zur Heilung des Uebels eine Heilmethode, welche der Mittel der gesammten Hygieine sich bedient und der allgemeinen Cur gleichlaufend ein örtliches Verfahren ausübt, dessen Ganzes nur auf Beseitigung des wirklich Krankhaften und auf sorgfältige Pflege des Normalen sich bezieht.

Nothwendig muß das Heilverfahren sich abändern, wenn kritische Fuß-Schweiße vorliegen. Daß es solche giebt, steht jenseits alles Zweifels. Wollte man dieselben unterdrücken, machte man eines schweren Fehlers sich schuldig und stürzte den Kranken unter Umständen in Lebensgefahr. Dieses Feld aber ist das Krankenbett,

Digitized by Google

während das gewöhnliche Kalt- und Schweiß-Fuß-Leiden außerhalb des Krankenbettes sich abspielt.

Es ist zuzugeben, daß bei Lungenschwindsucht und anderen großen Zehrkrankheiten plötzliche Unterdrückung des gewöhnten Fuß-Schweißes schlimme Folgen hat. Es wird nun in allen solchen Fällen darauf ankommen, das Verhältniß zu ermitteln, welches zwischen dem Fuß-Schweiß und dem Stadium der Lungenschwindsucht besteht. Je früher das letztere, desto mehr wird vernünftige und vorsichtige Heilung des krankhaften Fuß-Schweißes der Heilung des Lungenübels Vorschub leisten; je später aber das Stadium, desto vorsichtiger und allmähliger muß die Heilung des Fußübels geschehen, weil plötzliches, übereiltes Kuriren todbringend oder doch höchst nachtheilig sich verhalten könnte.

Digitized by Google

Heilung der kalten und Schweiß-Füße.

Es ist kennzeichnend, daß die meisten früheren Kuren, ganz ebenso wie die Mehrzahl der heutigen, auf rein örtliches Verfahren sich beschränken, die Hygieine außer Acht lassen, und auf das Arzneimittel aus der Apotheke das größte Gewicht legen. Und dieses rein örtliche Curiren ist das schlimmste Quacksalbern, welches die Füße verdirbt und mancherlei schwere Folgekrankheiten in das Leben ruft.

Zunächst gedenke ich der Chromsäure, welche vielfach gegen das Schweiß-Fuß-Uebel empfohlen und angewandt wurde. Aber dieses Mittel ist teuflisch; Rudolph Kobert[42]) wies nach, daß aus Anwendung der Chromsäure bei Fuß-Schweiß große Gefahr entsteht und schwere fressende Geschwüre sich entwickeln. Segoux[43]) verordnet dreißig Gramm Liquor ferri sesquichlorati, zehn Gramm Glycerin und zwanzig Gramm Bergamottenöl zur Bepinselung der Füße.

Paul Niemeyer[44]) sagt: „Als Recept gegen schweißigen Fuß empfehle ich auf Grund langjähriger, von einem stark damit Geplagten angestellten Versuche mit allen möglichen Mitteln den Gebrauch der Milchsäure: Abends vorher wird der Strumpf in eine schwache Lösung davon getaucht und über Nacht getrocknet. Die Säure wirkt nämlich auf das durch Zersetzung des Schweißes gebildete und den starken Geruch erzeugende Ammoniak neutralisirend. Doch hat sich andern mit diesem Leiden Behafteten auch der Ge-

Digitized by Google

brauch der in Pulverform eingestreuten Salicylsäure ebenfalls bewährt." — Dahinter ein großes Fragezeichen!

Gustav Jäger[45]) verordnet: „Wer an diesem für sich und seine Umgebung lästigen Uebel laborirt, möge die Füße, welche natürlich mit richtigen Strümpfen und Schuhen bekleidet sein müssen, von Zeit zu Zeit in kühlem Wasser waschen (dem man noch etwas weiße Essenz von den Geschwistern Reglin [Kräuteressenz, Geheimmittel!] zugeben kann, um noch bessere Wirkung zu erzielen), nach dem Fußbad die Füße mit Badeöl (ebenfalls von den Geschwistern Reglin [ebenfalls Geheimmittel!] reichlich einreiben. Selbstverständlich sind die Strümpfe oft zu waschen . . . In den Schuhen sollen wollene Einlagesohlen liegen, die öfter gewaschen werden. So lange diese geruchlos sind, ist auch der Fuß geruchlos und nimmt der Strumpf keinen üblen Geruch an. Diese Methode ist keine Unterdrückung des Fuß-Schweißes, denn eine solche wäre unbedingt schädlich, sondern bewirkt flottere Verdampfung desselben, so daß er nicht stinkend werden kann, und kräftigt die Haut so, daß selbe nicht mehr angeätzt wird."

Doch, es seien noch weitere Mittheilungen gestattet.

Einen bei weitem richtigeren Standpunkt, als die bisher angeführten Therapeuten der kalten und Schweiß-Füße nimmt ganz bestimmt F. E. Clasen[46]) für sich in Anspruch; derselbe entwickelt unter anderem: „Die Schwierigkeit der Beseitigung localer Schweiße an einzelnen Körpertheilen begreift sich leicht, wenn man weiß, daß alle Schweißabsonderung von dem Centralnervensystem abhängig ist; man wird deshalb mit rein örtlichen Mitteln, Streupulvern, Waschungen, Salben u. dgl., allein nicht immer zum Ziele kommen, sondern es bedarf zur gründlichen und dauernden Heilung stets auch einer die Verbesserung und Kräftigung der Constitution berücksichtigenden Behandlung. Das gilt besonders für die Hand- und Fuß-Schweiße, und alle Maaßregeln, welche in diesem Sinne wirken, namentlich diejenigen, welche eine gute Hautpflege in das Werk setzen, sind ebenso unentbehrlich als heilsam und unter Um-

Digitized by Google

ständen allein zur Heilung schon genügend. So weiß ich von einigen Fällen, wo recht arger Fuß-Schweiß durch bloße morgentliche kalte Abreibungen geheilt wurde".

„Der wohlthätige Einfluß," bemerkt Clasen weiter, „dieser kalten Abreibungen kommt zu großem Theil zu Stande durch deren kräftigende Wirkung auf den Gesammtorganismus, wie durch das neuerweckte Leben der Hautfunctionen, die gerade bei Leuten, welche an derartigen Uebeln kranken, oft sehr danieder liegen. Diese einfache Maaßregel mag auch zur Heilung manchen Handschweißes noch mehr beitragen, als die vielfach empfohlenen häufigen Waschungen mit Eichenrindenabkochung oder Alaunlösung oder als die Einpuderung mit Salicylsäurepulver oder Zinkblumen; jedenfalls ist sie allen von Hand- und Fuß-Schweiß Geplagten nicht warm genug zu empfehlen."

Für gewisse Fälle glaubt Clasen auch dem Gebrauche der Hebra'schen Salbe zur Heilung das Wort reden zu sollen, und bemerkt endlich, „daß die Heilung der Fuß-Schweiße an sich nicht den geringsten Nachtheil bringt. Allerdings ist die Beobachtung gemacht worden, daß mit Beginn eines schweren Leidens, z. B. der Rückenmarksdarre, die Fuß-Schweiße plötzlich aufhörten. Dieselbe Erkältung z. B., welche mit einem Schlage die Erkrankung des Rückenmarks hervorrief, brachte auch die Fuß-Schweiße zum Versiegen. Die Rückenmarkserkrankung begann also nicht, weil die Fuß-Schweiße aufhörten, sondern die letzteren hörten auf, weil und als jene begann. Es sind schon so unzählig Viele von Fuß-Schweißen geheilt worden, ohne dafür ein anderes Leiden einzutauschen, andererseits so Viele an Rückenmarksdarre erkrankt, ohne vorher je an Fuß-Schweißen gelitten zu haben". . .

Auch mancherlei Entwicklungen und Verordnungen der Praktiker bieten des Interessanten mancherlei.

Vor nahezu einem halben Jahrhundert wurden ausführliche Untersuchungen über Fuß-Schweiß, aber ein sehr negatives Heilverfahren von Remmert[47]) veröffentlicht. Derselbe konnte dem

Digitized by Google

Uebel selten vor dem vierzehnten Lebensjahr begegnen und selten nach dem fünfundfünfzigsten, in vierundzwanzig von zweiunddreißig Fällen die Erblichkeit desselben bestimmt erweisen, von hundertundzweiunddreißig Menschen zweiunddreißig sicher als Schweiß-Füßler erkennen, unter zweiunddreißig Schweiß-Füßlern zweiundsiebenzig Männer und zwanzig Frauen zählen, die Profession nur bei Obwalten besonderer Anlage zu dem Uebel von Einfluß finden, Bewohner von Thälern öfters daran leiden sehen, als die Insassen hoch gelegener Gebiete. Bei schneller Unterdrückung der Schweiß-Füße entstanden mehr acute Krankheiten, bei langsamer mehr chronische. Bei Zuckerharnruhr vermindere sich der Fuß-Schweiß. Die letzte Ursache des Leidens sei Schwäche der Fußhaut. Remmert gedenkt keineswegs solcher Mittel, welche krankhaften Fuß-Schweiß curiren sollen, erwähnt aber aromatischer Bähungen, und der darauf folgenden Einreibung der Füße mit warmem Branntwein oder Opodeldok, um den versiegten Fuß-Schweiß wieder hervorzurufen.

Nach Eulenberg[48]) trägt Unterdrückung des gewöhnten Fuß-Schweißes zu Entstehung des Irrsinns bei, und Wiederherstellung des Fuß-Schweißes zur Heilung des letzteren. Ueberschläge von trockener Weizenkleie mit Kochsalz und Senfpulver, Seidelbast oder Salmiak in den Strümpfen, dies sei sehr geeignet, den versiegten Fuß-Schweiß wieder in das Dasein zu rufen.

Hebra[49]) empfiehlt zusammengesetztes Diachylon- (also Blei-) Pflaster mit Leinöl zu gleichen Theilen gemischt, als Salbe auf Fußzehen und Fußsohlen, mit Leinwandlappen bedeckt. Diese Bepflasterung sei eine Woche hindurch Morgens und Abends vorzunehmen und sodann auszusetzen; es trete sodann Abschuppung ein. Sei nach vierzehn Tagen eine neue Oberhaut nicht zu Stande gekommen, so müsse die Cur wiederholt werden. — Quacksalberei!

A. Gaffard (d'Aurillac)[50]) mischt neunundzwanzig Theile Bleiwasser und einen Theil rothen Bleioxyds durch Umschütteln und läßt die Flüssigkeit zwischen die Fußzehen tropfen, gewöhnlich in acht Tagen, im Sommer täglich. Es soll darauf hin die über-

Digitized by Google

mäßige Schweißbildung und der üble Geruch verschwinden, die Haut ihre frühere Festigkeit wieder bekommen, ohne ihre Geschmeidigkeit zu verlieren. — Symptomatische Cur ohne hygieinische Grundlage!

Nach Paul Niemeyer[51]) sind kalte Fußbäder das beste Mittel gegen dauernd kalte Füße.

H. Frölich[52]) hält, behufs Heilung oder Besserung der Schweiß-Füße, kalte Waschungen für besser, als Fußbäder, und verordnet weiter das Folgende: „Nachdem der Schweiß-Füßige seine Füße Abends gewaschen, muß er früh vor dem Marsch den Fuß einreiben, und zwar geschieht dies am zweckmäßigsten mit öligen oder fettigen Mitteln, welche, wenn möglich, mit einem die Zersetzung der Hautabsonderung hintanhaltenden Stoffe vermengt sind." Das beste Mittel sei der Salicyltalg, bestehend aus achtundneunzig Theilen Hammeltalges und zwei Theilen reiner Salicylsäure. In Fällen, wo diese Salicyltalg-Schmiererei erfolglos bleibe, sei Anwendung von Einlagesohlen aus Badeschwamm mit Rohseidenstoff überzogen, sehr zu empfehlen. Diese Sohlen seien mit Seife und warmem Wasser zu reinigen, mit Stärke zu steifen und mit warmem Eisen zu glätten. — Anstatt des ekelhaften Hammeltalges könnte man lieber Cocosbutter anwenden, und die gefährliche Salicylsäure durch Creolin ersetzen; doch Wasser als Waschung und gute Pflege der Füße dürfte immer das Beste sein und bleiben.

Aus dem vorigen Jahrhundert ertönt eine Stimme zu uns herüber, welche von den Verhältnissen sowie der Cur der Schweiß-Füße uns etwas zuruft. In dem großen Universallexikon von Johann Heinrich Zedler[53]) wird darauf hingewiesen, daß der Bestand des Fuß-Schweißes vor mancherlei Krankheiten und Leiden bewahrt, die Unterdrückung dagegen Kopf-, Brust-, Glieder- und Hautaffectionen erzeugt; dieselben hörten nicht früher auf, als bis der Fuß-Schweiß wieder hervorgerufen. Es wird dies alles durch Beibringung von Thatsachen zu beweisen gesucht. Daraus nun geht hervor, daß man Fuß-Schweiß nur pflegen, nicht heilen

Digitized by Google

dürfe. Und zwar werden die Thatsachen falsch gedeutet und krankhafte Fuß-Schweiße mit normaler Ausdünstung der Haut der Füße in eine Tonne geworfen.

Jeder Therapeut faßt das Uebel anders auf, der eine örtlich, der andere allgemein und constitutionell; jener baut auf örtliche Heilmittel, dieser geht weiter und erwartet nur Erfolg von einem größeren, auf die gesammte Hygieine gegründeten Curverfahren; noch andere verwerfen jedes Heilmittel und fordern nur sorgfältige Pflege des Fuß-Schweißes, glaubend, derselbe verhalte sich als Schutz gegen viele Krankheiten. Endlich kommt man in neuester Zeit zu der Erkenntniß, daß gerade unter Einfluß chronisch kalter und Schweiß-Füße zahlreiche Leiden begünstigt werden und es demnach nothwendig sei, den normalen Zustand der Füße wieder herzustellen.

Und diese Auffassung erweist sich als die richtige, selbst für den Fall das Uebel mittelbar oder unmittelbar vererbt ist.

Nun aber begreift es sich, daß keine Cur zu ersprießlichem Erfolge leiten könne, die auf örtliche Behandlung sich beschränkt und den ganzen Organismus vernachläßigt. Ist doch nach den Ermittelungen von H. Beaudère [54]) bei allen örtlichen Schweißbildungen ein krankhafter Zustand des sympathischen Nervensystems gegeben. Und dieser kann unmöglich durch Salben und Pflaster, die man auf die Füße reibt und legt, beseitigt werden.

Aus welchem Grunde hat plötzliche Unterdrückung der gewöhnten Fuß-Schweiße manchmal so bedeutenden Schaden angerichtet, so verschiedene krankhafte Zustände gefördert, vielleicht auch ganz allein in das Leben gerufen? Weil die Cur, oder eigentlich Curpfuscherei, rein örtlich durch rasch und heftig wirkende Arzneien bewerkstelligt wurde, nicht blos den Schweiß unterdrückte, sondern auch die normale Ausdünstung, und die gesammte Hygieine dabei gar nicht in Rede kam.

Ganz entschieden kommt der localen Behandlung große Bedeutung zu, ja es ist dieselbe unerläßlich in der Mehrzahl der Fälle; allein sie muß unter Umständen zur Gefahr werden, wenn

Digitized by Google

der ganze Organismus übersehen, nicht nach den Grundsätzen der Hygieine behandelt und gepflegt wird. Es wird daher nur diejenige Heilmethode den Namen einer vernünftigen für sich in Anspruch nehmen dürfen und Aussicht auf wirklichen Erfolg darbieten, welche auf Grund und Boden der gesammten Hygieine erwuchs und auch örtlich genau nach den Normen der letzteren vorgeht.

Außerdem ist bei Heilung jedes Uebels, somit auch der kalten und Schweiß-Füße, strenges Individualisiren nothwendig. Wenn Dujardin-Beaumetz [55]) darauf hinweist, daß organische Erkrankungen des Herzens eine Gegenanzeige in Bezug auf den Gebrauch des kalten Wassers als Heilmittel ausmachen — so wird man bei der Cur des Uebels der kalten und Schweiß-Füße gleichfalls alle Momente aufzusuchen und festzustellen haben, welche in dem einen und dem anderen Stücke Gegenanzeigen für dieses oder jenes Heilmittel ausmachen. Demgemäß wird, im Einzelnen betrachtet, die Heilung der kalten und Schweiß-Füße im Grunde genommen bei jedem Individuum eine andere sein. Und dadurch unterscheidet sich der ächte Arzt vom Quacksalber, daß er individualisirt, die Heilmethode nicht blos nach der Krankheit einrichtet und ausführt, sondern auch nach dem Kranken.

Es ist nothwendig, die Aufmerksamkeit auf eine Heilmethode zu lenken, welche allgemein und örtlich zugleich ist und ganz und gar, bis auf die örtliche Anwendung eines flüssigen Arzneikörpers, den Namen einer hygieinischen verdient. Nach dieser Methode wird oft das Kalt- und Schweiß-Fuß-Uebel geheilt, keineswegs aber die normale Ausdünstung der Haut der Füße unterdrückt. Ob alle Individuen, welche mit dem Leiden behaftet sind, die Anwendung dieser Curmethode vertragen, alle durch Anwendung der letzteren ihre Gesundheit finden, dürfte keineswegs zu glauben sein; aber für einen Theil der Schweiß-Fuß-Kranken dürfte dieselbe doch, allerdings nur bei strenger Individualisirung, sich empfehlen.

Ich meine nämlich die Heilmethode J. B. Brandau's [36]). Und diese sei in den folgenden Zeilen genauer betrachtet. Es sei

Digitized by Google

gestattet, mit den eigenen Worten des Erfinders, oder meinetwegen auch Entdeckers, die Entwickelung der Curart darzulegen.

„Ich hatte nämlich", sagt Brandau, „im Winter 1877 auf 1878 einen sehr schweren Gelenkrheumatismus überstanden, konnte aber, trotz zweimaligen Besuches von Teplitz und des Gebrauches aller möglichen Medicamente, die bei einer anstrengenden Praxis in hiesiger rauher Gegend (Lichtenau bei Cassel) sich immer wieder einstellenden kleinen Rückfälle und Gelenkschmerzen nicht los werden. Bei einem sonst sehr gesunden und kräftigen Organismus, litt ich seit meiner Studentenzeit an ziemlich hochgradigem Fuß-Schweiß, der mich aber früher bei großer Reinlichkeit und täglich zweimaligem Strümpfewechsel nicht gehindert hatte und der von mir, wie wohl von Allen, auch nicht weiter beachtet worden war. Durch längeren Gebrauch heißer Fußbäder zur Beseitigung rheumatischer Schmerzen in den verschiedenen Gelenken des Fußes und der Zehen hatte sich der Schweiß mit der Zeit sehr vermehrt, und trotz noch häufigeren Wechsels der Strümpfe waren dieselben stets feucht und daher meine Füße . . . eiskalt. Regelmäßig nach einer solchen gründlichen Durchkältung meiner Füße spürte ich andern Tags auch Verschlimmerung des Rheumatismus in irgend einem oder mehreren Gelenken; kurz, nach längerer sorgfältiger Beobachtung wurde es mir klar, daß hieran nur mein Fuß-Schweiß schuld sei, und daß ich mich von diesem Leiden um jeden Preis befreien müsse. . . Die sämmtlichen harmlosen und völlig unnützen Mittel dagegen, die leider noch die meisten Lehrbücher anfüllen, hatte ich gründlich und ohne allen Erfolg durchprobirt, und von den differenteren . . . wohl Vergiftungserscheinungen, durchaus aber keine Besserung, geschweige Heilung, davon getragen". . .

„Gründlich", sagt Brandau weiter, „war ich am Ende mit aller Kunst und Wissenschaft zur Beseitigung meines Fuß-Schweißes, bis ich endlich nach vielfachen, oft gefährlichen und auch schmerzhaften Versuchen . . . auf ein Mittel aufmerksam gemacht wurde, das die so lange gesuchte Wirkung prompt erfüllte. Dasselbe ge-

Digitized by Google

hört in die Reihe der gechlorten Aetherarten und wird durch einen eigenartigen Destillationsproceß dargestellt . . . Dieses Mittel vereinigt die Vorzüge einer alsbaldigen, absolut sicheren Wirkung mit denen einer sehr einfachen und bequemen Anwendungsweise".

„Nachdem nämlich die Füße kurz vorher gründlich mit lauwarmem Wasser und Seife gereinigt und wieder vollständig trocken geworden sind, gießt man in eine möglichst flache Waschschüssel ungefähr dreihundert bis vierhundert Gramm dieses Liquors und stellt beide Füße zunächst mit den Fersen und dem Plattfuß so hinein, daß die Zehen außerhalb der Flüssigkeit bleiben . . .; nach ungefähr drei bis vier Minuten zieht man die Füße derartig vorsichtig zurück, daß die Zehen in die Flüssigkeit eintauchen, achte aber darauf, daß der Liquor wohl in den Zwischenräumen der Zehen steht, nirgends aber, weder hier noch an den Seiten des Fußes, den empfindlicheren oberen Theil der Haut bespült. Nach zwei bis drei Minuten, wobei oft ein Gefühl von Prickeln oder leichtem Brennen in den Fußsohlen, bei manchen Personen in den ganzen Beinen hinauf, sich zeigt, schiebt man die Füße in der Waschschüssel wieder vor, so daß die Zehen über, die Fersen und der Plattfuß wieder in dem Liquor stehen, und wiederholt diese Procedur etwa zehn Minuten lang. Alsdann stellt man die Füße in die womöglich nebenstehende Waschschüssel, in welcher dieselben vorher gewaschen waren, spült darin dieselben oberflächlich ab, und trocknet sie mit einem Handtuch, wobei man vorsichtig darauf achtet, die zartere Haut zwischen den Zehen nicht zu beschädigen . . . Den benutzten Liquor gießt man wieder in die Flasche. Man wendet dieses Bad stets Abends direct vor Schlafengehen an, da es in Betreff der günstigen Ein- und Nachwirkung des Liquors sehr wesentlich ist, daß die Füße längere Zeit horizontal ruhen".

„Von diesem ersten Bad an", entwickelt Brandau des Fernern, „ist der Fuß-Schweiß, es sei derselbe auch noch so hochgradig gewesen, schon verschwunden, und das regelmäßig jeden dritten oder vierten Tag — nach jedesmaliger vorheriger gründ-

Digitized by Google

licher Reinigung, Erweichung und möglichster Entfernung der verhornten, sich lösenden Epidermis — nöthigenfalls zweimal hintereinander angewandte Bad beseitigt gründlich und dauernd in einer zu dem Leiden in Verhältniß stehenden kürzeren oder längeren Zeit das so widerwärtige Uebel. Hierbei wird indessen, und das ist das Merkwürdigste, die normale, jedem Theil unserer Haut zukommende vitale Fähigkeit der unsichtbaren Verdampfung, welche bei heißen Tagen oder sehr langen Fußgängen sogar sichtbar werden kann, nicht unterdrückt. Da der Liquor stark sauere Eigenschaften hat, so mache man die Patienten darauf aufmerksam, nichts zu verschütten". . .

„Kranke, deren Haut an der Fußsohle, besonders zwischen den Zehen stark aufgeweicht oder gar wund ist, müssen erst durch eine Vorcur mit Salicylsäurepuder sich eine gesunde unverletzte Oberhaut schaffen; auch kann es gut sein, bei diesen und solchen mit außergewöhnlich empfindlicher Haut anfänglich die Badezeit vielleicht etwas abzukürzen, da eine etwaige Anfressung der Haut beim Gehen empfindlich sein oder Aussetzen der Cur veranlassen würde. Außerdem braucht man dabei durchaus nicht ängstlich zu sein; nach mehreren Bädern habe ich oft an mir selbst und an anderen die Badedauer auf zwanzig bis dreißig Minuten ohne irgend eine Belästigung ausgedehnt, da die verhornte Epidermis trotz der jedesmaligen vorherigen Erweichung u. s. w. nicht vollständig entfernt wird und daher der Einwirkung des Liquors länger widersteht. Das Gefühl giebt hierbei stets den besten Anhaltspunkt, und die Wirkung ist um so gründlicher, je länger das Bad vertragen wird. Etwaige kleine Hautanfressungen bedeckt man am besten mit kleinen Stückchen Arnica-Heftpapiers oder auch englischen Pflasters, unter deren eventuellem doppelten Schutz man auch das weitere Baden nicht zu scheuen braucht. Nach und nach, geleitet von dem Gefühl und der Beobachtung, ob die Füße noch mehr oder minder schwitzen, macht man das Fußbad seltener, aber stets regelmäßig, vielleicht alle fünf bis sechs Tage, bis der Fuß-Schweiß geheilt ist, was

Digitized by Google

bei den schwersten und Jahrzehnte lang bestandenen Formen oft über ein Viertel-Jahr dauern kann."

Endlich lehrt Brandau: „Bei dieser Cur halte ich es für sehr wesentlich, auch die Diät zu regeln und namentlich den Genuß von Flüssigkeiten aller Art zu vermindern, und ich setze . . . die Patienten auf wenigstens die Hälfte des seither genossenen Quantums an Wein, Bier, Kaffee, Thee, Suppen, Wasser, u. s. w.; denn an jedem Schweiß-Füßler kann man die Beobachtung machen, daß nach mehreren allzu schwelgerisch verbrachten Tagen stets auch sein Fuß-Schweiß stärker auftritt. Auch lasse ich an dem auf das Bad folgenden Morgen früh nüchtern ein Paar Gläser Friedrichshaller Bitterwasser trinken, um zwei- bis dreimalige Stuhlentleerung herbei zu führen. Gleichzeitig ist auch der allgemeinen Hautpflege größere Aufmerksamkeit zu widmen, und es empfiehlt sich sehr, mit der jedesmaligen, dem Baden der Füße in dem Liquor vorhergehenden, gründlichen Reinigung derselben eine solche des ganzen Körpers mit warmem Wasser und Seife zu verbinden. Besondere Aufmerksamkeit ist auch . . . der Fußbekleidung zuzuwenden. Man trage des Winters nicht zu dichte, sondern locker gestrickte wollene Strümpfe, und des Sommers dergleichen leichte, dünne oder auch, je nach Gewohnheit, baumwollene. Alsbald verbanne man die Stiefeletten, trage die luftigeren, nicht zu engen Halbstiefel, oder niedrige Schuhe . . . Auch empfiehlt es sich sehr, leichte Schuhe aus Tuch, vielleicht mit einem niedrigen Lederbesatz, zu tragen, da Tuch und ähnliche Stoffe der Ausdünstung, Ventilation der Füße das kleinste Hinderniß bereiten; stets jedoch achte man darauf, die Fußbekleidung niemals zu warm, sondern möglichst leicht und luftig zu wählen."

„Allen diesen Anordnungen pflegen sich Schweiß-Füßler sehr willig und gern zu unterwerfen; denn der alsbald sichtbare Erfolg der Cur, das außerordentlich wohl behagliche, ihnen längst abhanden gekommene Gefühl trockener, warmer Füße, verleiht ihnen Energie und Ausdauer. Erst jetzt, beziehungsweise bei Unterbrechung oder

Digitized by Google

Vernachlässigung der Cur, empfinden sie die volle Widerwärtigkeit des Leidens. Sehr bald merken sie oder ihre Angehörigen, daß sie die ehedem so geliebte warme Stube nicht mehr leiden mögen und auch nicht mehr die Nähe des Ofens aufsuchen; auch die dicke, doppelte und dreifache Kleidung, die ihnen früher nie warm genug war, wird ihnen lästig und zu warm. . . Sehr bald bessern sich auch die unangenehmen Beschwerden der chronischen Nasen- und Rachenentzündung, . . . verschwinden, bei Vermeidung sonstiger Schädlichkeiten, die harnsaueren Niederschläge im Urin und damit nach und nach der Rheumatismus" . . . — So weit Brandau.

Der Brandau'sche Liquor ist eine gechlorte Aetherart, und führt in den Apotheken den Namen Liquor antihidrorrhoicus.

Mit diesem Erzeugniß wurden unter anderen in der Klinik der Universität zu Halle Versuche angestellt, über welche Carl Spener[57]) das Folgende berichtet: „Bei allen vierzehn Patienten, an welchen ich unter genauer Beobachtung der Vorschriften Brandau's die Behandlung vorgenommen habe, ist, selbst wo die Cur in ihrem ganzem Umfang nicht beendigt wurde, der Fuß-Schweiß beseitigt. . . Nachdem schon nach dem ersten Bad trockene und warme Füße den Patienten erfreuten, schritt die Besserung immer fort, so daß meisten Theils nach acht, wöchentlich zweimal vorgenommenen Bädern eine Pause von acht Tagen, nach weiteren vier Bädern eine solche von vierzehn Tagen zwischen den Bädern vergehen konnte, ohne daß Schweißabsonderung auftrat. Aber es darf hier nicht unerwähnt bleiben, daß ein solches Jahre lang eingewurzeltes Uebel durch sechszehn Bäder doch nicht völlig beseitigt werden kann, sondern nach dem von mir an mir selbst und an anderen gemachten Erfahrungen sehr empfehlenswerth sein dürfte, auch nach Beendigung der Cur noch eine Zeit hindurch mit den Bädern in der Weise fortzufahren, daß man alle vier bis sechs Wochen ein derartiges Bad nimmt und namentlich zweckmäßige Fußbekleidung trägt. Von besonderem Werth erscheint dabei aber auch die Einhaltung der von

Digitized by Google

Brandau gegebenen Vorschriften über den Genuß von Flüssigkeiten aller Art." „Auch an anderen Körperstellen, an denen sich nach Beseitigung des Schweißübels der Füße erhöhte Schweißabsonderung einstellte, . . . that der Liquor seine Wirkung".

Aus seinen gesammten Untersuchungen schließt Spener: „Es dürfte somit der Beweis gebracht sein, daß das habituelle Schweißübel, besonders der Füße, schädlich, dessen Beseitigung daher hygieinisch nothwendig ist, und daß mit der Heilung desselben niemals die gefürchteten üblen Folgen beobachtet worden sind".

Es werden also hier die oben entwickelten Erfahrungen bestätigt.

Der genannte Liquor ist kein Geheimmittel; seine Zusammensetzung ist bekannt. Derselbe scheint nicht blos örtlich auf die Gewebe der Haut und Schweißdrüsen, sowie der Blut- und Lymphgefäße der Haut zu wirken, sondern auch einen sehr bestimmten Einfluß auf die centralen Nervenorgane auszuüben, welche die Schweißabsonderung reguliren. Aber, es kann diese Wirkung nur dann voll und ganz eintreten, wenn die gesammte Lebensweise den Normen der Gesundheitspflege entspricht. Demnach werden Alkohol und Tabak, Ausschweifungen und Ausschreitungen strenge zu unterlassen, von Luft und Wasser ausgedehnt Gebrauch zu machen, die Kleidung zu regeln und das Gemüth heiter, rein und gut zu halten sein.

Was ist von allen den bisher dargelegten Heilmethoden und Heilmitteln zu denken?

Von den Salben und Pflastern gar nichts, von den Heilungen ohne Beachtung der gesammten Hygieine gar nichts; von den Streupulvern auch nichts. Abhärtende Hautpflege überhaupt und Fußwaschungen mit kühlem oder kaltem Wasser insbesondere, bei tadellosem, völlig gesundheitsgemäßen Verhalten: damit sind die allerbesten Heilmittel gegeben; dieselben werden durch vernünftige Pflege der Füße vervollständigt.

Der Brandau'sche Liquor ist empfehlenswerth; aber nur in Verbindung mit umfassender Hygieine nnd hygieinischer Therapie.

Digitized by Google

Derselbe wird um so gewisser Heilung bewerkstelligen, je weniger von ererbter Gebrechlichkeit gegeben ist und je weniger das Uebel der Schweiß-Füße als Ausdruck einer schweren chronischen Krankheit sich erweist. In diesem letzteren Fall dürfte die größte Vorsicht mit dem Gebrauch des Liquors geboten sein und es dürften nur allein, wenigstens vorerst, Gesundheitspflege und hygieinische Therapie in Anwendung gelangen. Später, wenn diese beiden angemessen gewirkt, ist der Augenblick für den Gebrauch des Liquors gekommen.

Allerdings kann es wieder nicht selten sich ereignen, daß Krankheiten oder Gebrechen, die mit habituellem Fuß-Schweiß einhergehen, durch Entfernung desselben nach hygieinischer und Brandauscher Methode rascher heilen oder doch bedeutend gebessert, erträglich gemacht werden. Und die bisherigen Auseinandersetzungen lehren, daß dem wirklich so sei.

Unter allen Umständen läßt hier nicht durch Verfahren nach Schablonen das Ziel sich erreichen, sondern nur durch strenge Individualisirung. Daher muß die Heilung des Uebels ~~der Schweiß-~~ Füße durch den Arzt erfolgen und von demselben lediglich auf Grund strenger Individualisirung ausgeführt werden. Ohne dies wird jedes Heilmittel Gefahr und hat keine Methode gewissen Erfolg.

Doch, noch viel besser, als heilen, ist verhüten!

Und nun noch mein Verfahren. Man lebe strengstens und bekleide die Füße bestens hygieinisch, reinige dieselben Morgens oder Abends mit kühlem oder lauem Wasser, Bürste und der von mir erfundenen Seife, — worüber Mittheilungen später, — wasche sie sodann mit kaltem Wasser und trockne mit rauhem, sehr trockenen Leinentuch. Im Allgemeinen wird hiermit am meisten erzielt. Alle andern Heilverfahren passen nur für besondere Fälle.

Digitized by Google

Verhütung der kalten und Schweiß-Füße.

Weil das Uebel, von welchem wir handeln, weit öfters mittelbar oder auch unmittelbar ererbt, als erworben ist und darum Gebrechlichkeit ausdrückt, muß die Verhütung desselben im Leben der Erzeuger den Anfang nehmen.

Den großen Kriegen, mit denen das gegenwärtige Jahrhundert sich einleitete, folgte eine Zeit der Ruhe, in welcher einerseits üppiges Genußleben, andererseits Elend sich ausbildete. Während beider Epochen wurde durch Aufregung und Niederdrückung der Seele, Lust wie Unlust, Alkohol und Syphilis, Tabak und Queckſilber, üppigen Fraß und Ernährung mit Kartoffelschalen, unzweckmäßige Moden und Verweichlichung, gleichwie durch Faulheit, Ueberanstrengung und tausend andere Ursachen von Leiden und Entartung, die Menschheit fortschreitend gebrechlich gemacht. Wenn nun diese unglückselige Menschheit das fürchterliche Maaß physischen und moralischen Elends, in welches sie gerathen, rechtzeitig eingesehen hätte, — daß viele ihrer besseren Mitglieder dasselbe längst empfunden, genügte leider noch nicht, — mit sich zu Rathe gegangen wäre und ihr ganzes Leben den Normen der Hygieine und Sittenlehre gemäß eingerichtet und gestaltet hätte, so gäbe es nicht blos unendlich viele Einzelwesen mit gesundem Blut, üppigem Haar und tadellosen Zähnen, sondern es wäre auch das Uebel der Schweiß-Füße nicht epidemisch geworden und die Gesellschaft nicht der Gefahr ausgesetzt, in Pestgestank zu versinken.

Digitized by Google

Den Vorfahren der jetzigen Geschlechter kommt der größte Theil des Schweiß-Fuß-Uebels der Gegenwart zur Last. Diese Thatsache läßt sich nun nicht ungeschehen machen; aber denen, welche die Menschheit der Zukunft erzeugen, möge sie zur Warnung dienen.

Und wie sollen die Zeitgenossen sich verhalten, um die Zukünftigen vor Jammer, Gebrechen und Schweiß-Füßen zu bewahren, andererseits der Entwickelung ihrer eigenen ererbten Anlagen vorzubeugen, keine neuen Anlagen zu Leiden und Gebrechen mehr zu erwerben, und schließlich ihren stinkenden Fuß-Schweiß los zu werden?

Sie sollen hygieinisch und moralisch leben!

Davon aber will der größte Theil der Sohlengänger nichts wissen, und diejenigen, welche in der einen oder anderen Art Sclaven des herrschenden Wirthschafts- und Gesellschaftssystems sind, können nur wenig moralisch und fast gar nicht hygieinisch leben. Das System ist der enge Schuh, welcher heftig drückt und — so viel Fuß-Schweiß verursacht!

Aber, etwas muß denn doch geschehen, um innerhalb der großen Brutalität und Perfidie des Raufens um den Dollar krankhafte Anlagen, Zustände, Gebrechen, Schweiß-Füße zu verhüten. Und davon sei nun gesprochen, so weit der Gegenstand nicht schon in früheren Zeilen verhandelt wurde.

Wir müssen thun und wir müssen unterlassen; wir haben den ganzen Organismus zu pflegen und insbesondere die Füße.

Unterlassen sollen werden alle Ausschreitungen in Bauch und Liebe, der Genuß alkoholischer Getränke, vorzugsweise der verfälschten, der Gebrauch des Tabaks und anderer narkotischer Substanzen, der Mißbrauch von Kaffee, Thee, Cichorie und anderer Surrogate, der Mißbrauch aller warmen Getränke, der Gewürze und scharfen Würzen, der Gebrauch allzu dichter Kleider und schlechter Schuhe, der unpassenden Strümpfe, der Mißbrauch warmer Bäder, und Niederdrückung der Seele, sowie Ueberbürdung des Geistes und Aufregung der Sinnlichkeit.

Digitized by Google

Was gethan werden soll, ist: früh zu Bett, früh aufstehen; an kalte Bäder und Waschungen sich gewöhnen, an einfache und zwar am besten vegetarianische Nahrung; täglich mehrere Stunden in frischer Luft zubringen, körperlichen Bewegungen sich hingeben, für guten und warmen Fußboden, wohl gelüftete Zimmer und besonders gute Schlaf-, Wohn-, Kinder- und Arbeitszimmer sorgen, für größre Reinlichkeit und bequeme Pantoffel, für stets heitere Stimmung der Seele und reines Gemüth.

Kalte Bäder und Waschungen sind von größter Wichtigkeit und für alle Personen, welche nur halbwegs dieselben vertragen können, geradezu unerläßlich; denn sie reguliren den Nerveneinfluß, die Vertheilung des Blutes, die Absonderung und unsichtbare Hautausdünstung, und wirken damit ebenso abhärtend, wie sie die Kraft des Widerstandes vermehren.

Jeder Schweiß-Fuß-Leidende bedarf der kalten, beziehungsweise kühlen Bäder und Waschungen, und ganz vorzüglich der Fußwaschungen behufs Heilung des Uebels, und jeder Gesunde bedarf ihrer, um das Leiden zu verhüten. Von Jugend an gebraucht, werden dieselben neben guter hygieinischer Gesammtlebensweise ungemein viel dazu beitragen, das Schweißübel der Füße nicht zum Ausbruch kommen zu lassen, sondern die Gehwerkzeuge normal zu erhalten.

Nichts fördert das Uebel in höherem Grade, als Vernachlässigung der Fußpflege, und nichts beugt ihm mit größerer Gewißheit vor, als Bethätigung der letzteren.

Es ist im höchsten Grade zutreffend, wenn A. Clavel [58]) ausspricht: „Man weiß immer noch nicht genugsam, daß der Mangel an Sorgfalt hinsichtlich der Anfertigung von Schuhen und Kleidungsstücken frühzeitig Gebrechen zu Tage fördert, welche von Jahr zu Jahr fortschreiten und dem kindlichen Alter, wie später dem erwachsenen, eine bedeutende Menge von Mitteln der Thätigkeit entziehen. Wie viele Menschen sind schlechte Fußgänger, weil ihre Mutter mehr auf den äußeren Glanz bedacht war, als auf die

Digitized by Google

Kraft und Beweglichkeit ihrer Füße! . . Drei Worte fassen alle Eigenschaften der kindlichen Bekleidung zusammen: „Leichtigkeit, Weitigkeit, Reinlichkeit". Und was G. Morache[59]) von der Fußbekleidung des Soldaten ausspricht, hat für die Hygieine der Beschuhung und die Verhütung des Schweiß-Fuß-Uebels überhaupt Geltung: „Das Fußzeug der Soldaten muß mehreren Bedingungen entsprechen; . . . es sei geschmeidig, leicht und solide, spielend an- und auszuziehen, geeignet für alle Klimate und jede Jahreszeit, hergestellt in der Art, daß der Fuß trocken bleibt und gesund" . . .

Damit ist die ganze Hygieine der Füße und Schuhe aus- ausgedrückt, und der Verhütung des Schweiß-Fuß-Leidens, soweit dieselbe in Pflege der Füße und Beschaffenheit der Schuhe liegt, der Weg gewiesen.

So nothwendig kalte Bäder und Waschungen für die meisten Menschen sind und so wesentlich sie dazu beitragen, das Uebel der kalten und Schweiß-Füße zu verhüten, so gewiß wird in manchen Fällen damit das Ziel nicht zu erreichen sein, wenn nicht noch ein anderes Mittel von außerordentlicher Wirksamkeit zu Hülfe genommen wird. Ich meine die von den hygieinischen Therapeuten und Naturärzten angewandten Einpackungen des Körpers in kalte feuchte Leinentücher, die mit Wollentüchern umgeben werden. Nachdem der Patient eine gewisse längere Zeit in der Packung gelegen, wird er mit kühlem oder kaltem Wasser gewaschen, geknetet und getrocknet.

Diese Packungen nun, welche ich im Jahre 1887 selbst an mir vornehmen ließ, kommen mir als eines der mächtigsten Heilmittel vor und ich glaube, es sollten dieselben nebst kalten Fußwaschungen als höchst wirksame Procedur behufs Verhütung kalter und Schweiß-Füße betrachtet und angewandt werden. Ich leide nicht an Schweiß-Füßen, habe auch gar keine Anlage zu diesem Uebel; aber die außerordentlich günstigen und kräftigenden Wirkungen, welche ich von Packung erfuhr, bestimmen mich, dieselbe auch als Vorbeugung der Schweiß-Füße zu empfehlen.

„Die Einwickelung in ein kaltes feuchtes Laken", bemerkt H.

Digitized by Google

Kühne [60]), „wirkt zunächst anregend; sobald jedoch der Körper die Umgebung auf seine eigene Temperatur gebracht hat, hört die Wärmeabgabe in dem feucht warmen Medium auf, die anfangs gesteigerte Pulsfrequenz wird verlangsamt . . . Starke Erweiterung der Hautgefäße, allgemeine Beruhigung der Nerven und damit zusammenhängend, Neigung zum Schlafe machen sich bemerklich". — Dies sind sehr bedeutsame Wirkungen.

Es laufen dieselben auf Wiederherstellung des normalen regulirenden Nerveneinflußes und der Wärmeökonomie hinaus, führen zu Erhöhung der Widerstandskraft und zu allgemeiner Abhärtung. Somit verhüten sie auch kalte und Schweiß-Füße. Und es werden die Packungen um so sicherer in solcher Art wirken, je normaler die gesammte Lebensweise ist.

Digitized by Google

Schluß.

Niemand ist gesund, wenn das Leiden der kalten und Schweiß-Füße gegeben ist. Je mehr dasselbe ausgeprägt und je schlechter der Geruch der Füße, desto mehr Krankheit und Gebrechlichkeit, und zwar ganz besonders ererbte. Ganz entschieden ist die Thatsache, daß das Leiden in Zunahme begriffen, ein sicheres Kennzeichen ununterbrochen zunehmender Gebrechlichkeit, welche aus den herrschenden, naturwidrigen Zuständen der Volkswirthschaft, Gesellschaft und physisch-moralischen Gesundheit sich entwickelt und, außer dem Schweißfuß-Uebel, der allgemeinen Nervosität, den Verfall des Haares und der Zähne, noch tausend andere Uebel und Plagen erzeugt.

Das Gefühl der Gesundheit täuscht ungemein oft, weil die Menschen durch zahlreiche Genußmittel in künstliche Zustände sich versetzen und die kleinen Störungen des Wohlbefindens entweder nicht bemerken oder doch kein Gewicht darauf legen.

So wie ein Wassertropfen nach dem andern schließlich einen ganzen See bildet, so summiren sich die kleinen Affectionen und werden schließlich zu großen. Es wird also Niemand berechtigt sein, kalte und Schweiß-Füße als unbedeutend anzuschlagen, sondern wohl daran thun, großes Gewicht darauf zu legen, darin eine wirkliche Gefahr zu erkennen und Anstalten zur Heilung zu machen.

Damit aber letztere Erfolg haben könne, wird der Schweiß-Füßler voll und ganz zu einer in allen Stücken gesundheitsgemäßen Lebensweise sich bekehren müssen.

Digitized by Google

Dem jedoch sind Elend einerseits, Verlockung und Wirthshaus andererseits im Wege, und bei den unerleuchteten Wohlhabenden und Reichen Ueppigkeit und Ausschreitung. Was also überall zunächst sich nothwendig macht, ist Selbstüberwindung, Beherrschung der Sinnlichkeit durch die Geistigkeit, und Gewöhnung an das Einfache, Natürliche, Gesundheitsgemäße, Moralische. Dies alles erhält Wohlsein, macht zufrieden, ausdauernd, widerstandskräftig, und beugt allen Uebeln des Leibes und der Seele vor, demnach auch kalten und Schweiß-Füßen.

In Civilisationen, deren Wesen Erwerb materieller Güter und Ergatterung des allgemeinen Tauschmittels ausmacht, werden Gesundheit und die höchsten Güter dem Besitz und Genuß nachgesetzt; alle Kräfte stehen da im Dienste der gemeinen Hab- und Genußsucht, alles wird dem Tauschmittel, dem Gelde nämlich, untergeordnet. Es giebt daher weder physische noch moralische Dämme der Krankheit und des Gebrechens, und das Siechthum schreitet mit Nothwendigkeit unaufhaltsam vorwärts.

Mögen immerhin noch so gute und noch so vortreffliche Heilmittel gefunden werden: dieselben können niemals durchgreifend wirken und das Ziel erreichen lassen, weil das Hauptmittel, die Ueberwindung des eigenen Selbst, nicht zur Bethätigung gelangt. Wenn Jemand durch Ausschreitung in Bauch und Liebe sich selbst elend macht und seine bis dahin erzeugten Nachkommen dadurch schwer mit Gebrechlichkeit belastete, so werden ihm selbst und den armen Sprößlingen die Heilmittel der Apotheke nichts von dem erworbenen, beziehungsweise ererbten, Siechthum nehmen und es wird den Nachfolgern ungemein schwer fallen, auch nur halbwegs günstige Lebensbedingungen zu setzen und Erleichterung, Besserung zu bewirken, wenn nicht Selbstverläugnung geübt wird und Aufschwung von einem Leben der Habgier und groben Sinnlichkeit zu einem Dasein der edleren Geistigkeit stattfindet.

Es ist die Probe, auf welche unter Herrschaft des Wieviel-Soviel die Selbstbeherrschung gestellt wird, eine im höchsten Grade

Digitized by Google

schwere und grausame; denn der Kampf um das Bestehen, erbittert durch die drakonischen Gesetze des Eigenthums, stampft Millionen Ungeheuer und Schlangen der Concurrenz aus dem Erdboden, und diese fängt auf der Leimruthe der Verlockung unzählige Opfer. Und die Verlockung wird durch das Gemeinwesen begünstigt, weil sie Steuern einträgt. Und die Verlockung ist die Felsenklippe, an welcher das Boot der Selbstüberwindung scheitert.

Wie soll also die Menschheit von ihrer Gebrechlichkeit los kommen, zu besseren physischen, moralischen und socialen Zuständen sich empor schwingen, wenn der Selbstüberwindung, der unerläßlichen Bedingung aller Gesundheitspflege, Moral und echten Civilisation, so außerordentlich schwer zu bewältigende Hindernisse sich entgegen thürmen!

Darum auch nehmen die Gebrechen zu, statt ab, und die größte Zahl der Versuche, Uebel zu heilen, muß erfolglos bleiben, so sehr auch Erfolg behauptet und posaunt werden möge.

Und will das Geschlecht der Erdensöhne gründlich aus dem Gestank der Schweiß-Füße heraus kommen und des Leidens der kalten Füße sich entledigen, so muß es nicht blos ernstlich wollen und das eigene Selbst überwinden, sondern auch alle physischen, moralischen und socialen Hemmnisse, welche der Bethätigung dieses ernstlichen Wollens und der Ueberwindung des eigenen Selbst sich entgegen thürmen, mit starker Hand entfernen.

Durch angemessene allgemein hygieinische und gut ausgeführte örtliche Cur kann wohl das Individium sein Kalt- und Schweiß-Fuß-Leiden verlieren: aber die gesitteten Nationen werden das diesem Uebel zu Grunde liegende Gebrechen nur dann verlieren, wenn sie das oben Angedeutete strenge durchführen.

Erkenne dich selbst und überwinde dich selbst!

Anfragen bezüglich der Seite 80 erwähnten Mittheilungen über mein Heilverfahren ꝛc. zu richten an meine Adresse:

Dr. med. Eduard Reich zu Kiel I.

Digitized by Google

Wissenschaftliche Nachweise.

[1]) Jäger, G., Entdeckung der Seele. Dritte Auflage. Leipzig 1884—85, in 8°. Tom. II. pag. 278 sq.; 284.

[2]) Winslow, F., Light: its influence on life and health. London 1867, in 8°. pag. 235 sq.

[3]) Carpenter, W. B., The Physiology of Temperance and Total-Abstinence. London 1853, in 8°. pag. 29 sq.; 78 sq.; 81 sq.

[4]) Combemale, F., La descendance des alcooliques. Montpellier 1888, in 8°. pag. 92 sq.; 102 sp.; 110 sq.

[5]) Legrain, M., Hérédité et alcoolisme. Étude psychologique et clinique sur les dégénérés buveurs et les familles d'ivrognes. Avec une préface de Magnan. Paris 1889, in 8°. pag. 413.

[6]) Congrès international pour l'étude des questions relatives à l'alcoolisme, tenu à Paris du 29 au 31 juillet 1889. Paris 1889, in 8°. pag. 24.

[7]) Clasen, F. E., Die Haut und das Haar. Ihre Pflege und ihre kosmetischen Erkrankungen. Stuttgart 1886, in 8°. pag. 142 sq.

[8]) Hauff, H., Moden und Trachten. Fragmente zur Geschichte des Costüms. Stuttgart und Tübingen 1840, in 8°. pag. 208 sq.; 212.

Digitized by Google

[9]) Jäger, G., Mein System. Zugleich vierte, völlig umgearbeitete Auflage von „Die Normalkleidung als Gesundheitsschutz". Stuttgart 1885, in 8°. pag. 225.

[10]) Brandau, J. B., Ueber die habituelle Hyperhidrosis pedum. Eine hygienische Skizze. Berlin 1886, in 8°. pag. 7 sq.

[11]) Meyer, H. von, Zur Schuhfrage. — Fünfter Jahresbericht über die Fortschritte und Leistungen auf dem Gebiete der Hygiene. Jahrgang 1887. Von J. Uffelmann. Braunschweig 1888, in 8°, pag. 99 sq.

[12]) Schaffer, Hygiene und Aesthetik des Fußes. — Vierter Jahresbericht über die Fortschritte und Leistungen auf dem Gebiete der Hygiene. Jahrgang 1886. Von J. Uffelmann. Braunschweig 1887, in 8°. pag. 85.

[13]) Rumpel, Ueber den Werth der Bekleidung und ihre Rolle bei der Wärmeregulation. — Archiv für Hygiene. Herausgeben von J. Förster, Fr. Hofmann, M. v. Pettenkofer. Tom. IX. (München und Leipzig 1889, in 8°.) pag. 93 sq.

[14]) Jäger, G., Mein System. Stuttgart 1885, in 8°. pag. 226 sq.

[15]) Brandau, J. B., Ueber die habituelle Hyperhidrosis pedum. Berlin 1886, in 8°. pag. 5.

[16]) Arnould, J., Nouveaux éléments d'hygiène. Deuxiéme édition. Paris 1889, in 8°. pag. 821 sq.

[17]) Niemeyer, P., Aerztliche Sprechstunden. Jena 1878—87, in 8°. Tom. V. pag. 200, 190 sq.; 204 sq.

[18]) Starke, P., De la déformation des pieds par les chaussures vicieuses. — Annales d'hygiène publique et de médicine légale. Troisième série. Tom. VI. (Paris 1881, in 8°.) pag. 294 sq.

[19]) Benoit, J. A., La chaussure des troupes a pied. —

Digitized by Google

Annales d'hygiène publique et de médecine légale. Troisième série. Tom. V. (1881.) pag. 505 sq.

[20]) Phoebus, Du soin à prendre des pieds et de la chaussure des soldats. — Annales d'hygiène publique et de médecine légale. Deuxième série. Tom. XXVIII. (1867.) pag. 211 sq.

[21]) Reich, E., Die Wohnsitze der Menschen. (1863.) — Medicinische Abhandlungen. Würzburg 1871—74, in 8°. Tom. I. pag. 96 sq.

[22]) Roth, E., Die Thatsachen der Vererbung in geschichtlich-kritischer Darstellung. Zweite Auflage. Berlin 1885, in 8°. pag. 59 sq.

[23]) Brandau, J. B., Ueber die habituelle Hyperhidrosis pedum. Berlin 1886, in 8°. pag. 9 sq.

[24]) Oppenheim, F. W., Ueber den Zustand der Heilkunde und über die Volkskrankheiten in der europäischen und asiatischen Türkei. Ein Beitrg zur Kultur- und Sittengeschichte. Hamburg 1833. in 8°. pag. 48.

[25]) Brayer, A., Neuf années a Constantinople, observations sur la topographie de cette capitale, l'hygiène et les moeurs de ses habitants, l'islamisme et son influence; la peste, ses causes, ses variétés, sa marche et son traitement; la non-contagion de cette maladie; les quarantaines et les lazarets. Paris 1836, in 8°. Tom. I. pag. 162.

[26]) Spener, C., Die habituelle, locale Hyperhidrosis, ihre Folgen und ihre Behandlung. Inaugural-Dissertation. Halle a. S. 1887, in 8°. pag. 12 sq.

[27]) Bresgen, M., Ueber die Bedeutung behinderter Nasenatmung, vorzüglich bei Schulkindern, nebst besondererer Berücksichtigung der daraus entstehenden Gedächtniß- und Geistes-

Digitized by Google

schwäche. Hamburg und Leipzig 1890, in 8°. pag. 11 sq.; 20; 28.

[28]) Bresgen, M., Die Heiserkeit, ihre Ursachen, Bedeutung und Heilung. Berlin und Neuwied 1889, in 8°. pag. 10 sq.

[29]) Brandau, J. B., Ueber den Zusammenhang des Asthmas mit der habituellen Hyperhidrosis pedum. Berlin 1888, in 8°. pag. 3 sq.; 6.

[30]) Schmiegelow, E., Asthma considered specially in relation to nasal disease. — Revue des sciences médicales. Tom. XXXV. (Paris 1890, in 8°.) pag. 702 sq.

[31]) Gradenigo, G., L'importanza dello studio della Otologia. Le condizioni attuali dell' Otologia in Italia e all' Estero. Torino 1890, in 8°. pag. 9.

[32]) Tröltsch, A. von, Lehrbuch der Ohrenheilkunde mit Einschluß der Anatomie des Ohres. Dritte Auflage. Würzburg 1867, in 8°. pag. 3.

[33]) Brandau, J. B., Ueber die habituelle Hyperhidrosis pedum. Berlin 1886, in 8°. pag. 10 sq.

[34]) Hirsch, A., Handbuch der historisch-geographischen Pathologie. Zweite Bearbeitung. Stuttgart 1881—86, in 8°. Tom. III. pag. 535.

[35]) Maclagan, Rheumatism, its nature. London 1881, in 8°. — Revue des sciences mèdicales. Tom. XXII. (Paris 1883, in 8°.) pag. 209 sq.

[36]) Eisenmann, Die Pathologie und Therapie der Rheumatosen in genere. Würzburg 1860, in 8°. pag. 34.

[37]) Brandau, J. B., Ueber die habituelle Hyperhidrosis pedum. Berlin 1886, in 8°. pag. 12 sq.

[38]) da Costa Alvarenga, P. F., Leçons cliniques sur les maladies du coeur principalement au point de vue

Digitized by Google

de la valeur séméiologique du retard de pouls, du double souffle et de la double vibration des artères . . . Traduit du Portugais par E. Berthe-rand. Lisbonne 1878, in 8°. pag. 349 sq.

[39]) Guye, Aprosexie. — Revue des sciences médicales. Tom. XXXII. (Paris 1888, in 8°.) pag. 640.

[40]) Hingston, R., Nasal Catarrh and Aprosexia. — Revue des sciences médicales. Tom. XXXII. pag. 640 sq.

[41]) Monfalcon, Pied. — Dictionaire des sciences médicales. Paris 1812—22, in 8°. Tom. XLII. pag. 361. sq.

[42]) Kobert, R. — Fortschritte der Medicin. Leipzig 1890, in 8°. Nr. 1.

[43]) Segoux. — Pharmaceutische Zeitung. Berlin 1890. in 4°. Nr. 14.

[44]) Niemeyer, P., Aerztliche Sprechstunden. Jena 1878—87. in 8°. Tom. V. pag. 208.

[45]) Jäger, G., Mein System. Zugleich vierte, völlig umgearbeitete Auflage von „Die Normalbekleidung als Gesundheitsschutz." Stuttgart, 1885, in 8°, pag. 225 sq.

[46]) Clasen, F. E., Die Haut und das Haar. Ihre Pflege und ihre kosmetischen Erkrankungen. Stuttgart, 1886, in 8°, pag. 143 sq.

[47]) Remmert, Ueber Fußschweiß. — Jahresbericht über die Fortschritte der gesammten Medicin in allen Ländern im Jahre 1845. Herausgegeben von Canstatt und Eisenmann. Tom. III. (Erlangen 1846, in 4°.) pag. 225 sq.

[48]) Eulenberg, Ueber den Einfluß unterdrückter habitueller Fuß-Schweiße auf die Entstehung von Geistes- und Nerven-Krankheiten. — Canstatt's Jahresbericht über die Fort-

Digitized by Google

schritte der gesammten Medicin in allen Ländern im Jahre 1857. Würzburg 1858, in 4°. Tom. III. pag. 89.

[49]) Hebra, Ephidrosis. — Canstatt's Jahresbericht über die Fortschritte der gesammten Medicin in allen Ländern im Jahre 1857. Tom. III. pag. 325 sq.

[50]) Gaffard (d'Aurillac), A., Moyen de combattre la transpiration anomale des pieds. — Canstatt's Jahresbericht über die Fortschritte der gesammten Medicin in allen Ländern im Jahre 1859. Würzburg 1860, in 4°. Tom. III. pag. 328.

[51]) Niemeyer, A., Aerztliche Sprechstunden. Jena 1878—87, in 8°. Tom. II. pag. 104.

[52]) Frölich, H., Militärmedicin. Kurze Darstellung des gesammten Militärsanitätswesens. Braunschweig 1887, in 8°. pag. 490 sq.

[53]) Großes vollständiges Universallexicon aller Wissenschaften und Künste, welche bißhero durch menschlichen Verstand und Witz erfunden und verbessert worden. Halle und Leipzig (Johann Heinrich Zedler) 1733—50, in folio. Tom. IX. pag. 2373 sq.

[54]) Beaudère, H. Contribution à l'étude des sueurs locales. — Revue des sciences médicales. Tom. XXIII. (Paris 1884, in 8°). pag. 430.

[55]) Dujardin-Beaumetz, L'hygiène thérapeutique. Gymnastique, massage, hydrothérapie, aérothérapie, climatothérapie. Paris 1888, in 8°. pag. 120 sq.

[56]) Brandau, J. B., Ueber die habituelle Hyperhidrosis pedum. Berlin 1886 in 8°. pag. 14 sq.

[57]) Spener, C., Die habituelle, locale Hyperhidrosis, ihre Folgen und ihre Behandlung. Inaugural-Dissertation. Halle a. S. 1887, in 8°. pag. 16 sq.; 19.

Digitized by Google

[58]) Clavel, A., Traité d'éducation physique et morale. Paris 1855, in 12°. Tom. I. pag. 175.

[59]) Morache, G., Traité d'hygiène militaire. Paris 1874, in 8°. pag. 591.

[60]) Kühne, H., Die Bedeutung des Anpassungsgesetzes für die Therapie. Mit besonderer Berücksichtigung der hygienischen und diätischen Heilmethoden. Leipzig 1878, in 8°. pag. 32.

Digitized by Google

Digitized by Google

Inhalt.

Seite

Vorwort V

Einleitung.

Zustände aus Gebrechlichkeit und Entartung . 5
Quellen von Gebrechlichkeit und Entartung . 5
Gesundheitswidrige Lebensführung 5
Duft der Kranken . . 5
Kraft und Harmonie der Seele 6
Wodurch selbe vermindert werden 7
Falsche Gesittung . . . 7
Das schlechte Verhältniß der Wohnung 8
Die unpassenden Nahrungs- und Genußmittel . . 10
Frühere Zeiten und Gegenwart 10
Die Losreißung des Menschen von der Natur . 10
Der Mangel an Sonnenlicht und reiner Luft . 10
Das Verhängniß des Alkohols 11
Hygieine und falsche Civilisation 12
Sprößlinge der Säufer . 13
Die Fälschung geistiger Getränke 14
Bau der Füße und Beschaffenheit der Haut 15
Vernachlässigung der Fuß-Pflege 15

Die Entstehung der kalten und Schweiß-Füße.

Statistik der kalten und Schweiß-Füße . . 17
Fußbekleidung 17
Einfluß des Schweißgeruchs 17
Niederdrückung der Nerven- und Seelenstimmung . 18

Digitized by Google

	Seite
Weltanschauung und Lebensfreudigkeit	18
Das eheliche Zusammenleben	19
Das Wohnen mit Schweiß-Füßlern	19
Anlage zu Schweiß-Füßen	20
Erwerbung des Uebels	20
Constitutionelle Leiden	20
Schwächung der Lebenskraft	20
Die erregenden Ursachen	21
Wirthschaft; Gesellschaft, Krankheit	21
Die Mode	22
Strümpfe und Schuhe	24
Schlechte Strümpfe	25
Schuhe und Stiefel	27
Barfußgehen	28
Normalstiefel	28
Wärmeverlust	29
Das Leder	29
Stiefelette, Schnür-Schuh, Stiefel	30
Zeugschuhe	30
Enge Stiefel	31
Schuhe der Soldaten	31
Klima	32
Schaftstiefel	33
Waschungen der Füße	34
Pantoffel	36
Fußboden	36
Das „Etagen"-Wohnen	37
Große Städte	38
Beschäftigung	39
Mangel an Zeit	40
Vererbung	40
Zunahme der Kalt- und Schweiß-Füße	42
Der Schweiß-Fuß-Leidende	42
Lebensart desselben	44
Geistige und warme Getränke	45
Tabak	45
Die Türken	46
Elend, Scheu vor Wasser, schlechte Diät	47

Der Zusammenhang der kalten und Schweiß-Füße mit Krankheiten.

	Seite
Vernachlässigung des Schweiß-Fußübels	48
Zusammenhang mit Leiden der Nase, u. s. w.	49
Behinderte Nasenathmung	49
Folgen derselben	49
Asthma	51
Krankheiten des Gehörorgans	53
Rheumatismus	54
Wechsel der Temperatur	55
Durchkältung der Füße und Migräne	57
Leiden der Athmungsorgane	57

Digitized by Google

Seite

Katarrh des Magens . 57
Blutmangel und Bleichsucht 58
Migräne 58
Herzleiden 59

Verhütung und Heilung.

Die Frage der Heilbarkeit und des Verhütens . 60
Das weibliche Geschlecht . 60
Aprosexie 61
Unterdrückung des Fuß-Schweißes 62
Heilverfahren und Gesundheitspflege 62
Vernünftige Heilung . . 64
Aeltere Erfahrungen . . 64
Heilung, nicht Unterdrückung der Ausdünstung . . 65
Woher die Verwechslung? 65
Lungenschwindsucht u. Zehrkrankheiten 66

Heilung der kalten und Schweiß-Füße.

Arzneien, Gifte . . . 67
Geheimmittel 68
Ein vernünftiges Heilververfahren 68
Mancherlei Beobachtungen 69
Unterdrückung und Irrsinnhervorrufung . . . 70

Seite

Quacksalberei 70
Symptomatische Cur . . 71
Fußbäder 71
Waschungen 71
Fußschweiß als Schutz vor Krankheiten . . . 71
Das sympathische Nervensystem 72
Oertliche Cur 72
Individualisiren . . . 73
Das Brandau'sche Heilverfahren 73
Der Brandau'sche Liquor 74
Versuche damit . . . 75
Wirkung desselben . . 75
Allgemeine Betrachtungen und Folgerungen . . 79
Mein Verfahren . . . 80

Verhütung der kalten und Schweiß-Füße.

Die großen Kriege und der lange Friede . . . 81
Die Zeugenden und die Erzeugten 81
Verhalten der Gegenwärtigen 81
Dessen Bedeutung für die Zukünftigen . . . 81
Die Vorfahren der heutigen Geschlechter . . . 82
Normen des Verhaltens . 82

Digitized by Google

	Seite
Was zu unterlassen . .	82
Was zu thun	83
Bäder und Waschungen .	83
Weitere Fußpflege . . .	83
Packungen	84
Schluß.	
Gesundheit u. Fuß-Schweiß	86
Gefühl der Gesundheit und Civilisation . . .	87
Ueberwindung des eigenen Selbst	87
Befreiung von dem Uebel	88
Wissenschaftliche Nachweise	89

Digitized by Google

Digitized by Google

A. Zimmer's Verlag
(Mohrmann & Schreiber)
IN STUTTGART.

Hygieia,

Gemeinverständliche illustrirte Monatsschrift für Volksgesundheitslehre und persönliche Gesundheitspflege

Begründet von
weil. Sanitätsrath Dr. **Paul Niemeyer.**
unter Mitwirkung von Aerzten und Hygieinikern
herausgegeben von
Dr. med. Carl Gerster in München.

Vierter Jahrgang 1891.

Preis pro Heft 60 Pf.

Gratis-Probehefte
und
PROSPEKTE
gratis und franko
von der
Verlagshandlung

In **A. Zimmer's Verlag** ist ferner erschienen und durch jede Buchhandlung zu beziehen:

Reich, Dr. Ed., Der Epilepsismus ℳ 2.—
— , **Die Erblichkeit der Gebrechen des Menschen und die Verhütung der Gebrechlichkeit.** 2. Auflage. 4.50
— , **Die Nervosität bei den Frauen, ihre Ursachen und Verhütung.** 2. vermehrte und verbesserte Aufl. 3.—
— , **Ueber Unsittlichkeit.** 2. Auflage 3.—
Altvater, P., Die Morphium-Einspritzungen 3. bedeutend vermehrte Auflage. . . . . 1.80.
Friedrich, Dr. med. V., Diphtheritis muss im Keim erstickt werden. Ein Mahnruf für Aerzte und Laien. **2. Aufl.** . . . . 1.—
Janke, Dr., Die willkürliche Hervorbringung des Geschlechts bei Mensch und Hausthieren. 2. vermehrte Auflage. . . . . 12.—
Janke, Dr., Dasselbe Werk (kleine Ausgabe, im Auszug aus dem grossen Werke, vom Verfasser selbst neu bearbeitet). . . . 4.—
Kühner, Dr. med. A., Wie sind Epileptiker zu behandeln? Mit besonderer Berücksichtigung der dabei herrschenden Irrthümer und Vorurtheile . . . . . 1.—
Kunze, Dr. med., Über Diät . . 2.—
Dr. Lahmann's Reform. Eine Kritik der Prof. Dr. G. Jäger'schen Wollbekleidungslehre, Seelenlehre und Heiltheorie. 2. Auflage. . 1.—
Lindenmeyer, Dr., Praktische Anleitung zur Ernährung des Kindes in gesunden und kranken Tagen. Mit einem Anhang: 10 Gebote für die erste Kindespflege. 2. Aufl. — 50
— , **Wie kleiden wir uns vernünftig, gesund und billig?** . . . — 50
Messner, Dr., Die chronische Stuhlverstopfung (Hartleibigkeit) mit besonderer Berücksichtigung des Hämorrhoidalleidens und deren Heilung. 3. Aufl. . . . . 1.—
Michaelis, Dr. med., Magen und Lunge. In 85 Grundregeln nebst Tagesdiät. Die Pflege des erkrankten Magens . . . . . 1.50.
Schmidt, Dr. F. A., Die Ernährung des Säuglings mit keimfrei gemachter Kuhmilch nach dem Soxhlet'schen Verfahren. Mit Holzschnitten. . . . . 1.—
Schmidt, Dr. Const., Die Heilung der durch Morphiumgenuss verursachten Nervenzerrüttung und Willensschwäche. Zweite vermehrte Auflage. . . . . 1.20.
Schmitz, Dr. med., Das Geschlechtsleben des Menschen in gesundheitlicher Beziehung und die Hygieine des kleinen Kindes. . 1.50.
Wachsmuth, Dr. G. F., Die bewährteste Diphtheritis-Heilmethode. Ein Leitfaden für die Hand der Eltern und Aerzte. 3. Auflage 1.50.

BEISBARTH & WOELFFEL, STUTTGART.

Digitized by Google

LANE MEDICAL LIBRARY

To avoid fine, this book should be returned on or before the date last stamped below.

L951
R34
1891
Reich, E.
Kalte und Schweisz-Füsze ...
79607

NAME
DATE DUE

Digitized by Google

Digitized by Google